МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»

Кафедра педагогікиі психології управліннясоціальними системами

КУРСОВА РОБОТА

З дисципліни «Психологія»

на тему

«Механізми психологічного захисту та їх вплив на розвиток особистості»

Виконавець: студент. гр. 14 в

Сабада Юлія

Перевірила

Старший викладач

Кандидат Психологічних наук

Книш Анастасія Євгеніївна

Харків 2015

Вступ

Актуальність дослідження даної теми: Світ навколо нас постійно ускладнюється, і щоб бути йому адекватним, необхідною умовою є постійно ускладнення психологічного захисту особистості і розширення її репертуару. Становлення механізмів психологічного захисту починається з періоду дитинства, тому представляється досить цікавим звернутися з дослідженням саме до нього. Багато дорослих представляють світ дитини, як свій власний світ, але тільки зменшений в масштабі. Це не так. Дітей цікавлять і хвилюють проблеми, які дорослим можуть здатися несерйозними. Вони потрапляють у важкі й неприємні ситуації і автоматично підсвідомо захищаються від них, пригнічують свою тривогу так, щоб при цьому особистість дитини не страждала. Вивчення механізмів несе і практичну користь, адже встановлення взаємозв'язку між характерними особливостями психологічного захисту батьків та їх виховним стилем дають можливість раннього прогнозування ймовірних проблем у системі дитячо-батьківських відносин у конкретній сім'ї. Знання особливостей формування механізмів психологічного захисту у дітей може дозволити прогнозувати можливі проблеми, пов'язані з соціальною адаптацією і психічним здоров'ям дитини. І звичайно, дуже важлива роль психологів, що допомагають дитині правильно сформувати захисну поведінку, що сприяє розвитку її особистості, підвищенню соціальної пристосовності, а також профілактиці психічних розладів.

Неоціненний внесок першовідкривача механізмів психологічного захисту вніс 3.Фрейд (1991), свої фундаментальні положення про захист він сформулював в процесі лікування хворих нервозов. Потім уявлення про захист пов'язане з ім'ям його дочки А. Фрейд (1995), вона зробила спробу узагальнити і систематизувати знання про механізми психологічного захисту, що накопичилися до середини 40-х років XX століття. Багато вітчизняних авторів також внесли великий вклад у розробку цієї теми - це К. Г. Гарбузов (1992), Ф. В. Березін, В. В. Столін (2001) Ю. В. Захаров (2005), Ф. В. Бассін (2007), В. А. Ташликов (2007), Б. Д. Карвасарский (2009).

Поняття психологічного захисту є одним з основоположних в сучасній теорії особистості. Воно володіє великою пояснювальною силою при вивченні патогенезу психічних і психосоматичних захворювань. Захист є складним механізмом, який допомагає нам регулювати внутрішню постійність. Ці механізми відомі і досліджуються досить давно. Але зараз ця тема стала більш актуальною, тому що у сучасному світі відбувається ще більше подій, які травмують і примушують нас використовувати механізми психологічного захисту. Але також треба розуміти, що часте використання цих механізмів може призвести до безповоротних змін особистості.

Для мене ця тема є актуальною тому, що кожна людина має особисту, певно підібрану систему механізмів психологічного захисту і необхідно знати.

Мета роботи: дослідження ролі механізмів психологічного захисту у формуванні особистості.

Об'єктроботи: особистість.

Предметроботи: механізми психологічного захисту в структурі особистості.

Мета і гіпотеза дослідження диктують наступні завдання:

) Розглянути теоретичні підходи до вивчення механізмів психологічного захисту в структурі особистості.

) Розкрити зміст поняття механізми психологічного захисту, етапи їх розвитку.

Метод дослідження: теоретичний аналіз літератури.

Розділ 1. Теоретичні основи вивчення механізмів захисту особистості

1.1 Особистість та уявлення про її розвиток в психоаналізі

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.

У звичайному житті будь-якої людини виникають ті чи інші емоційно напружені і негативні ситуації, переживання яких призводить до різного роду особистісних порушень, неприємностей, негативних афектів, деструкцій. Коли бажання, інтереси, потреби людини не можуть бути задоволені, незважаючи на значні зусилля, виникають стани емоційної напруги.

Нерідко всі вжиті спроби змінити ситуацію не призводять до бажаної мети. Напруга продовжує рости, і людина перестає помічати альтернативні шляхи. Крім того, зростання напруги часто супроводжується емоційним збудженням, що перешкоджає раціональним процесам вибору: людина хвилюється, впадає в паніку, втрачає контроль над собою, і з'являються різноманітні руйнівні 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 зовнішньої дійсністю. [11] Механізми психологічного захисту спрямовані на зменшення тривоги, викликаної конфліктом. А. Фрейд вважала, що захисний механізм ґрунтується на двох типах реакцій: 1) блокування вираження імпульсів у свідомій поведінці; 2) спотворення їх до такої міри, щоб явна їх інтенсивність помітно знизилася або відхилилася вбік.

Починаючи із З. Фрейда та в подальших роботах фахівців, які вивчають механізми психологічного захисту, неодноразово наголошується, що звичний для особистості в буденних умовах захист, в екстремальних, критичних, напружених життєвих ситуаціях має здатність закріплюватися, набуваючи форму фіксованого психологічного захисту. Це може "загнати всередину" внутрішньо-особистісний конфлікт, перетворивши його в несвідоме джерело невдоволення собою і оточуючими, а також сприяти виникненню особливих механізмів, названих З. Фрейдом опорами.

У вітчизняній психології концепції захисних механізмів також неоднозначні. Один з концептуальних підходів до психологічних захистів представлений Ф.В. Бассіним. Тут психологічний захист розглядається як найважливіша форма реагування свідомості індивіда на психічну травму. [1] Інший підхід міститься в роботах Б.Д. Карвасарського. Він розглядає психологічний захист як систему адаптивних реакцій особистості, спрямовану на захисну зміну значущості дезадаптивних компонентів відносин - когнітивних, емоційних, поведінкових - з метою послаблення їх травмуючого впливу. Цей процес відбувається, як правило, у межах неусвідомлюваної діяльності психіки за допомогою цілого ряду механізмів психологічних захистів, одні з яких діють на рівні сприйняття, інші - на рівні трансформації, спотворення інформації. Стійкість, часте використання, ригідність, тісний зв'язок з дезадаптивними стереотипами мислення, переживань і поведінки, включення в систему сил протидії цілям саморозвитку роблять такі захисні механізми шкідливими для розвитку особистості. Спільною рисою їх є відмова особи від діяльності, призначеної для продуктивного розв'язання ситуації або проблеми.

Разом з тим, в сучасних публікаціях, присвячених цій проблемі, одностайно визнається той факт, що механізми захисту знаходяться між потребою особистості і її задоволенням. Звідси - захист є дзеркальне відображення можливого, але нереалізованого особистістю процесу мотивації або віддзеркалення нездійснених, але в минулому бажаних цілей. Тоді непродуктивність для особистості дії психологічних захистів пов'язана з розбіжністю цілей і засобів їх досягнення у поведінці людини або порушенням міри у співвідношенні мотиву і сил, витрачених на його реалізацію, або поведінкою людини прямо протилежною цілям.

Таким чином, психологічний захист - це природне протистояння людини навколишньому середовищу. Він несвідомо оберігає його від емоційно-негативного перевантаження. Захист не є "вбудована" від народження особистісна структура. У процесі соціалізації захисні механізми виникають, змінюються, перебудовуються. У кінцевому підсумку психологічні захисти стають способом існування нездійсненних потягів, бажань, потреб.

Усі захисні механізми мають дві загальні характеристики:

 вони діють на неусвідомлюваному рівні і тому є засобами самообману;

 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 травмуючої інформації, усувають тривогу. З іншого боку, вони можуть оцінюватися і як негативні. Якщо стан емоційного благополуччя фіксується на тривалий період і по суті замінює активність, то психологічний комфорт досягається ціною спотворення сприйняття реальності, або самообманом. [14]

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.[16] Та й проблема, що викликала неприємності, все одно залишається невирішеною і призводить рано чи пізно до інших захистів, що заважає особистості змінитися, відповідати новим умовам життя.

Особистість - система соціально значущих якостей індивіда, міра оволодіння ним соціальними цінностями і його здатність до реалізації цих цінностей.

Істотною стороною особистості є її ставлення до суспільства, до окремих людей, до себе і своїх суспільних і трудових обов'язків. Особистість характеризується рівнем усвідомленості своїх відносин і їх стійкістю.

На перший погляд представляється природними рисами людини (наприклад, риси характеру), насправді є закріпленням в особистості громадських вимог до її поведінки.

Розвиток особистості - це постійний розширення її можливостей і формування нових потреб.

Зрозуміти особистість - це означає зрозуміти, які життєві завдання й як саме вона, якими вихідними принципами вирішення цих завдань вона озброєна.

З.Фрейд назвав своє вчення психоаналізом - по імені методу, розробленого їм для діагностики і лікування неврозів. Вперше Фрейд заговорив про психоаналізі в 1896 році, а через рік він почав проводити систематичні самоспостереження, що фіксував у щоденниках до кінця життя. У 1900 році з'явилася його книга "Тлумачення сновидінь", в якій він вперше опублікував найважливіші положення своєї концепції, доповнені в наступній книзі "Психопатологія повсякденного життя". Після організації психоаналітичного суспільства у Відні його філії відкриваються в усьому світі, психоаналітичний рух шириться.

У той же час Фрейд стає все більш догматичним у своїх поглядах, не терпить ні найменших відхилень від своєї концепції, припиняючи всі спроби самостійної розробки й аналізу деяких положень чи психотерапії структури особистості, що починаються його учнями.

Це приводить до розриву з Фрейдом самих талановитих його послідовників. Про те, що думкою Фрейда правила загальна логіка перетворення наукового знання про психіку, говорить зіставлення шляху, випливаючи якому він прийшов до концепції несвідомої психіки.Відкидаючи альтернативу або фізіологія, або психологія свідомості, вони відкривали особливі психодетермінанти, з ідентичні ні нейродетермінантам, ні позбавленим реального причинного значення феноменам свідомості, зрозумілого як замкнуте безтілесне "поле" суб'єкта.

У цьому загальному прогресі наукового пізнання психіки важлива роль поряд з Гельмгольцем, Дарвіном, Сеченовим належить Фрейду.У своїх дослідженнях Фрейд розробив ряд понять, що запам'ятали реальну своєрідність психіки і тому що міцно ввійшли в арсенал сучасного наукового знання про неї. До них відносяться, зокрема, поняття про захисні механізми, фрустрації, ідентифікації, витіснення, фіксації, регресії, вільних асоціаціях, силі Я і інше.

Найважливіше місце в теорії Фрейда займав його метод - психоаналіз, для пояснення роботи якого і були власне створені інші частини його теорії. У своїй психотерапії Фрейд виходив з того, що лікар займає в очах пацієнта місце батька, домінують якого пацієнт визнає безумовно. При цьому встановлюється канал, по якому відбувається безперешкодний обмін енергією між терапевтом і пацієнтом, тобто з'являється трансфер. Завдяки цьому терапевт не тільки проникає в несвідоме свого пацієнта, але і вселяє йому визначені положення, насамперед своє розуміння, свій аналіз причин його невротичного стану. Цей аналіз відбувається на основі символічної інтерпретації асоціацій, снів і помилок пацієнта, тобто слідів його витісненого потягу. Лікар не просто поділяється з пацієнтом своїми спостереженнями, але і вселяє йому своє тлумачення, яке пацієнт некритично розуміє. Це навіювання, на думку Фрейда, і забезпечує катарсис: приймаючи позицію лікаря, пацієнт як би усвідомлює своє несвідоме і звільняється від нього. Оскільки основа такого одужання пов'язані з навіюванням, ця терапія була названа директивної - на відміну від тієї, яка заснована на рівноправних відносинах пацієнта і лікаря.

Хоча не всі аспекти теорії Фрейда одержали наукове визнання, а багато його положень на сьогоднішній день здаються належать скоріше історії, ніж сучасної психологічної науці, неможливо не визнати, що його ідеї зробили позитивний вплив на розвиток світової культури - не тільки психології, а й мистецтва, медицини, соціології. Фрейд відкрив цілий світ, який лежить за межами нашої свідомості, і в цьому його величезна заслуга перед людством

.2 Захисні механізми особистості та її види

Захисний механізм (психологічний захист) - поняття, що позначає неусвідомлюваний психічний процес, спрямований на мінімізацію негативних переживань.

Функціональне призначення і мета психологічного захисту полягає в ослабленні внутрішньоособистісних конфліктів (напруги, неспокою), обумовленого протиріччями між інстинктивними імпульсами несвідомого і засвоєними (интериоризировавший) вимогами зовнішнього середовища, що виникають в результаті соціальної взаємодії. Послаблюючи цей конфлікт, захист регулює поведінку людини, підвищуючи його пристосовуваність і врівноважуючи психіку.

Самосвідомість і захисні механізми особистості.

Людина вразливий за своєю природою. Але якщо тварини захищаються від зовнішніх загроз завдяки інстинктам, то у нас за цей процес відповідає психіка. Згідно психології, захисні механізми особистості - це способи адаптації до навколишнього середовища. Їх суть полягає в несвідомих діях в поведінці людини, які покликані оборонятися від різних загроз зовнішнього світу і навіть від власних бажань, потреб і фантазій людини. Найбільш докладно цю особливість психіки розглядав австрійський психолог Зигмунд Фрейд. Він стверджував, що в процесі життя особистість постійно розвивається і незмінно складається з трьох частин - «Воно», «Его» і «суперего». А захисні механізми особистості за Фрейдом допомагають зберегти гармонію і цілісність між цими трьома гранями. Однак те, що забезпечує нам безпеку, може саме стати небезпечним. Захисні механізми обмежують нас і вимагають величезних енергетичних витрат з боку нашої психіки. Одного разу з'явившись в певній ситуації, вони не зникають, а фіксуються і стають постійним способом реагування на схожі переживання. Наслідки і проблеми, які можуть при цьому виникнути, можна перераховувати безкінечно.

Ось лише деякі з них:

• спотворення реальності;

• погіршення відносин з рідними і близькими;

• соціальна дезадаптація;

• заперечення будь-яких подій, що доводить до неврозу та істерії.

Після такої атаки на нашу свідомість, не дивно, що психіка починає виснажуватися. І щоб хоч трохи навчитися тлумачити свою поведінку в тій чи іншій ситуації, важливо запам'ятати, які основні захисні механізми особистості.

Характеристика захисних механізмів особистості

Більшість оборонних механізмів нашої психіки виробляються в дитинстві. Наприклад, якщо в сім'ї обоє батьків поводяться агресивно, часто кричать і лаються при дитині, то у нього формується величезна кількість захистів, які роблять його менш уразливим. Але в старшому віці позбутися багажу захистів можна тільки за допомогою психотерапевта. Однак є й позитивні сторони цього моменту. У стані переживання, пов'язаного з наявністю перешкоди в досягненні мети, тобто фрустрації, захисні механізми особистості допомагають у відновленні стійкості до подій. На сьогоднішній день відомо понад 20 видів захисних механізмів, всі вони підрозділяються на примітивні захисту і вторинні (вищого порядку) захисні механізми.

Отже, розглянемо деякі з форм психологічного захисту:

 Заперечення - механізм психологічного захисту, за допомогою якого особистість заперечує деякі обставини, які визивають тривогу. Як правило, дія цього механізму виявляється в запереченні тих аспектів зовнішньої реальності, які, будучи очевидними для оточуючих, проте не приймаються, не визнаються самою особистістю. Іншими словами, інформація, яка тривожить і може призвести до конфлікту, не сприймається. Мається на увазі конфлікт, що виникає при прояві мотивів, які суперечать основним установкам особистості або інформація, яка загрожує її самозбереженню, самоповазі, або соціальному престижу.

 Витіснення (придушення, репресія) - один з механізмів психологічного захисту. Полягає в активному, мотивованому усуненні чогось зі свідомості. Зазвичай проявляється у вигляді мотивованого забування або ігнорування. Як захисний механізм, витіснення направлено на мінімізацію негативних переживань за рахунок видалення зі свідомості того, що ці переживання викликає. Вилучені зі свідомості елементи, однак, не пропадають з пам'яті і не перестають впливати на поведінку людини і його сни.

 Регресія - захисний механізм, який є формою психологічного пристосування в ситуації конфлікту або тривоги, коли людина несвідомо вдається до більш раннім, менш зрілим і менш адекватним зразкам поведінки, які здаються йому гарантом захисту і безпеки.

 Компенсація - захисний механізм психіки, що полягає в несвідомій спробі подолання реальних і уявних недоліків. Він проявляється у спробах знайти відповідну заміну реального чи уявного недоліка найчастіше за допомогою фантазування або привласнення собі властивостей, переваг, цінностей, поведінкових характеристик іншої особистості.

 Проекція. В її основі лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані і неприйнятні для особистості почуття і думки локалізуються зовні, приписуються іншим людям і таким чином стають як би вторинними. Негативний, соціально не схвалюваний відтінок випробовуваних почуттів і властивостей, наприклад, агресивність нерідко приписується оточуючим, щоб виправдати свою власну агресивність або недоброзичливість, яка проявляється як би в захисних цілях.

 Заміщення - поширена форма психологічного захисту, яка в літературі нерідко позначається поняттям «зсув». Дія цього захисного механізму проявляється в розряді пригнічених емоцій (як правило ворожості і гніву), які спрямовуються на об'єкти, що представляють меншу небезпеку або більш доступні, ніж ті, що викликали негативні емоції і почуття. Наприклад, відкритий прояв ненависті до людини, яке може викликати небажаний конфлікт з ним, переноситься на іншого, не «небезпечного». У більшості випадків заміщення вирішує емоційне напруження, що виникло під впливом тривожних ситуації, але не призводить до полегшення або досягнення поставленої мети. У цій ситуації суб'єктом можуть здійснюватися несподівані, безглузді дії, які вирішують внутрішню напругу.

 Інтелектуалізація - механізм психологічного захисту, що полягає в несвідомій спробі абстрагуватися від своїх почуттів. Інтелектуалізація вважається більш складною формою такого захисного механізму як ізоляція, однак якщо при ізоляції людина зазвичай вважає, що не відчуває ізольованих їм почуттів, то при інтелектуалізації він визнає за собою деякі емоції. Використовуючи цей захист, людина як би переводить свої емоції на абстрактний, інтелектуальний рівень, розмірковуючи про них як про деякі теоретичні поняття, які мають до нього певне відношення. Повноцінне переживання при цьому відсутнє. Цей захист надзвичайно ефективний, оскільки дозволяє знижувати залежність власної поведінки від емоцій без повної втрати інформації про них. Поведінка людини в емоційно насиченій ситуації часто сприймається як доросла, зріла, передбачувана і схвалюється соціумом. Це робить даний механізм досить привабливим для багатьох людей. Проте і у інтелектуалізації є свої мінуси. Як і будь-який захист, інтелектуалізація все ще спотворює сприйняття реальності. Людина схильна недооцінювати силу і значення своїх емоцій.

 Реактивне утворення - психологічний захист, що полягає в перетворенні негативного почуття у позитивне, або навпаки. Це спосіб боротьби з неприйнятним полюсом власного амбівалентного ставлення за рахунок перенесення акценту на прийнятний полюс. Неприйнятна частина при цьому перестає усвідомлюватися, а прийнятна - гіпертрофується, стаючи неадекватній ситуації, що видає застосування цього захисту. Крім того, характерною ознакою того, що людина використовує реактивне утворення, є періодичні прориви пригнічуваного почуття через захист.

 Примітивна ізоляція - це спосіб зняття психологічної напруги шляхом відходу від взаємодії з реальністю. Це один з найперших механізмів, яким починає користуватися людина у своєму житті. Важливою особливістю цього механізму є те, що він практично не вимагає від людини спотворення реальності. Сприймана реальність залишається тією ж, але людина психологічно ізолюється від неї. Негативним наслідком застосування цього механізму є проблеми з соціальним контактом. Людина ізолюється заради збереження внутрішнього спокою.

 Раціоналізація - механізм психологічного захисту, при якому в мисленні використовується тільки та частина сприйманої інформації, і робляться тільки ті висновки, завдяки яким власна поведінка постає як добре контрольована і не суперечить об'єктивним обставинам.

 Моралізація - механізм психологічного захисту, подібний із раціоналізацією і виражається в несвідомому пошуку способу переконати себе в моральній необхідності. Людина, що використовує раціоналізацію намагається знайти логічне обґрунтування, яка використовує моралізацію - морально-етичну необхідність.Моралізація застосовується для захисту почуття власної гідності, віри в свою здатність контролювати ситуацію і приймати вірні рішення.

 Сублімація - захисний механізм, що представляє собою зняття внутрішньої напруги за допомогою перенаправлення енергії на досягнення соціально прийнятних цілей, творчість.

 Всемогутній контроль - психічний процес, що відносяться до механізмам психологічного захисту. Полягає в несвідомій переконаності людини втому, що він здатний все контролювати. Природним наслідком такої переконаності є відчуття людиною відповідальності за все навколо і почуття провини, що виникає якщо що-небудь виходить з-під його контролю.

 Інтроекція - несвідомий психологічний процес, що відноситься до механізмів психологічного захисту. Включення індивідом у свій внутрішній світ сприйманих ним від інших людей поглядів, мотивів, установок.

 Відігравання - психологічний механізм захисту, що виражається в несвідомому знятті внутрішньої напруги через поведінку, що реалізовує лякаючий сценарій, за рахунок зміни своєї ролі в ньому з пасивно-жертовної на активно-ініціюючу. Іншими словами - це несвідоме провокування розвитку тривожної для людини ситуації.

 Аутоагресія - механізм психологічного захисту. Аутоагресія проявляється в самозвинуваченні, самоприниженні, нанесенні собі тілесних ушкоджень різного ступеня тяжкості аж до самогубства, саморуйнівну поведінку (пияцтво, алкоголізм, наркоманію, ризикованій сексуальній поведінці, виборі екстремальних видів спорту, небезпечних професій).

 Роздільне мислення - механізм психологічного захисту, що виявляється в тому, що суперечності між якимись думками, ідеями, відносинами або формами поведінки вперто не усвідомлюються.

 Сексуалізація - захисний механізм, який полягає в приписуванні негативним подіям еротичної складової, що перетворює їх таким чином в позитивні.

 Проективна ідентифікація - психічний процес, що відноситься до механізмів психологічного захисту. Полягає в несвідомій спробі однієї людини впливати на іншу таким чином, щоб цей інший поводився відповідно до несвідомої фантазії даної людини про внутрішній світ іншого.

Ми розглянули далеко не повний список існуючих механізмів захисту, але перерахування основних захистів на наш погляд здатні наблизити нас до розуміння можливих особливостей міжособистісних взаємодій.

.3 Вплив захисних механізмів на структуру особистості

1.Провідну роль в людській поведінці, вйогодуховного життя відіграє несвідоме <http://ua-referat.com/%D0%9D%D0%B5%D1%81%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B5>. Зміст несвідомого <http://ua-referat.com/%D0%9D%D0%B5%D1%81%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B5> складають вроджені інстинкти. За Фрейдом таких інстинкту два: сексуальний («ерос» чи лібідо <http://ua-referat.com/%D0%9B%D1%96%D0%B1%D1%96%D0%B4%D0%BE>) і агресія, прагнення до руйнування («танатос»). Крім цього у зміст несвідомого входять бажання <http://ua-referat.com/%D0%91%D0%B0%D0%B6%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F>, афекти, витіснені з свідомості з причини їх неприйнятності або небажаності (культурної <http://ua-referat.com/%D0%9A%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0> неприйнятності або травматичності для суб'єкта).Зміст несвідомого енергетично <http://ua-referat.com/%D0%95%D0%BD%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0> заряджена: інстинкти і бажання, вигнані зі свідомості, прагнуть бути задоволеними. Ця енергія <http://ua-referat.com/%D0%95%D0%BD%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%8F> є «двигуном» людської поведінки, її устремлінь.

. Потягу несвідомого знаходяться в суперечності з нормами культури.З. Фрейд стверджував, що інстинкти людини за своєю природою <http://ua-referat.com/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B0> асоціальні і егоїстичні. Соціальні норми - це узда, яка накидається на них і тим самим робить можливим спільне існування <http://ua-referat.com/%D0%86%D1%81%D0%BD%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F> людей.

. Психічний і соціальний розвиток <http://ua-referat.com/%D0%A0%D0%BE%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%BA> людини йде через встановлення балансу між інстинктами і культурними нормами. Таким чином, в процесі <http://ua-referat.com/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%86%D0%B5%D1%81> розвитку Я людини змушене постійно шукати компроміс <http://ua-referat.com/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%BC%D1%96%D1%81> між рветься назовні енергією <http://ua-referat.com/%D0%95%D0%BD%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%8F> несвідомого і тим, що допускається суспільством.

. Цей баланс, компроміс встановлюється за допомогою захисних механізмів психіки. Захисним механізмом <http://ua-referat.com/%D0%9C%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%B7%D0%BC%D1%96> називається специфічне зміна змісту свідомості, що виникає в ситуації внутрішнього конфлікту.

Захисні механізми починають діяти, коли досягнення мети нормальним способом неможливо або коли людина <http://ua-referat.com/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0> вважає, що його неможливо. Важливо підкреслити, що це не способи досягнення бажаної мети, а способи організації часткового і тимчасового душевної рівноваги з тим, щоб зібрати сили для реального подолання труднощів, що виникли, тобто вирішення конфлікту відповідними <http://ua-referat.com/%D0%92%D1%96%D0%B4%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%8C> вчинками. У цьому випадку люди <http://ua-referat.com/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8> по-різному реагують на свої внутрішні труднощі. Одні, заперечуючи їх існування, пригнічують схильності, які доставляють їм незручності, і відкидають деякі свої бажання як нереальні і неможливі.Пристосування в цьому випадку досягається за рахунок зміни сприйняття.Спочатку, людина <http://ua-referat.com/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0> заперечує те, що не бажано, але поступово може звикнути до такої орієнтації, дійсно забути хворобливі сигнали <http://ua-referat.com/%D0%A1%D0%B8%D0%B3%D0%BD%D0%B0%D0%BB> і діяти так, як якщо б їх не існувало.Інші люди долають конфлікти <http://ua-referat.com/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BB%D1%96%D0%BA%D1%82>, намагаючись маніпулювати турбують їх об'єктами, прагнучи оволодіти подіями і змінити їх в потрібному напрямку.Треті знаходять вихід <http://ua-referat.com/%D0%92%D0%B8%D1%85%D1%96%D0%B4> у самовиправданні і поблажливість до своїх спонукань, а четверті <http://ua-referat.com/%D0%A7%D0%B5%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%BE> вдаються до різних форм самообману.Особистостям з особливо жорсткою системою принципів поведінки було б особливо важко і часом неможливо діяти в різноманітній і мінливому середовищі, якби захисні механізми <http://ua-referat.com/%D0%97%D0%B0%D1%85%D0%B8%D1%81%D0%BD%D1%96\_%D0%BC%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%B7%D0%BC%D0%B8> не оберігали їх психіку.Захисні механізми можуть бути ефективними або неефективними (залежно від того, чи вдається людині впоратися з енергією несвідомого без патологічних <http://ua-referat.com/%D0%9F%D0%B0%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F> симптомів).

Таким чином, механізми <http://ua-referat.com/%D0%9C%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%B7%D0%BC%D1%96> психологічного захисту - це спосіб боротьби «Я» проти хворобливих, нестерпних для суб'єкта переживань.

Усі механізми психологічного захисту спотворюють реальність <http://ua-referat.com/%D0%A0%D0%B5%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C> з метою збереження психічного здоров'я та цілісності особистості. У цьому випадку ціна психічного здоров'я:

 Спотворена дійсність,

 Спотворений образ «Я»,

 Спотворений зовнішній світ.

Захисні механізми дозволяють зберегти або, вірніше, досягти внутрішнього благополуччя за рахунок ігнорування реальності.Механізми психологічного захисту формуються спочатку в міжособистісних відносинах, потім стають внутрішніми характеристиками людини, тобто в індивідуальному досвіді відбувається научіння тим чи іншим захисним форм поведінки.

Основні ознаки механізмів психологічного захисту (механізмів интрапсихической захисту):

) імпульсивність (механізми психологічного захисту не залежать від волі);

) спотворення реальності;

) відсутність усвідомлення суб'єктом захисних форм поведінки.

Основні функції механізмів психологічного захисту:

1) збереження особистісної <http://ua-referat.com/%D0%9E%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C> цілісності,

) збереження психічного здоров'я, певного «Я-образу». Причому, як встановлено в дослідженнях різних психологів <http://ua-referat.com/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3>, для людини важливо збереження навіть не стільки благополучного, скільки звичного, стійкого ставлення до себе. Це дуже яскраво демонструє так званий «дискомфорт успіху». Суть його в тому, що людина <http://ua-referat.com/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0>, що звикла до неуспеху, домігшись успіху, перемоги, прагне звести це до мінімуму, знецінити;

3) регуляція міжособистісних відносин.

Висновок

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. Цей термін був введений З. Фрейдом. Більш повно цю концепцію розвила А. Фрейд.

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, сублімація, всемогутній контроль, інтроекція, відігрівання, аутоагресія, роздільне мислення, сексуалізація та проективна ідентифікація. Хоча механізми вивчаються досить давно, ще не існує їх єдиної класифікації. Цією проблемою займалися такі вчені як Ненсі Мак-Вільямс, Карвасарський Б. Д., Мельников В. М., Суботіна Л. Ю., Лазарус Р. та інші.

Отже, психологічний захист - це природне протистояння людини навколишньому середовищу. Він несвідомо оберігає його від емоційно-негативного перевантаження.Захист не є "вбудована" від народження особистісна структура. У процесі соціалізації захисні механізми виникають, змінюються, перебудовуються під впливом соціальних впливів. У кінцевому підсумку психологічні захисти стають способом існування нездійсненних потягів, бажань, потреб.

Усі захисні механізми мають дві загальні характеристики:

) вони діють на неусвідомлюваному рівні і тому є засобами самообману;

) 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.

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.

самосвідомість психологічний захист особистість

Список використаної літератури

1. Бассін Ф. В. Про «силі Я» і «психологічного захисту» / Бассін Ф. В. - К. : Свічадо, 1969 - 97с.

. Дьоміна Л.Д, Ральнікова І.А. Навчальний посібник «Психічне здоров'я і захисні механізми особистості». Изд-во Алтайського державного університету, 2000. - 123 c.

. Психотерапевтична енциклопедія // Під ред. Карвасарского Б.Д. СПб .: Питер, 1998. - 752 с.

. Фрейд А. Психологія «Я» і захисні механізми. Із збірки «Дитячий психоаналіз». - СПб .: Питер, 2004. - 477 с.

. С. А. Зелінський (Феніхель О. Психоаналітична теорія неврозів. М.) 2004. С. 212

. А. Я. Психологія

. Фрейд З. По той бік задоволення \ З.Фрейд, +2004.

. Л. Хьелл, Д. Зіглер. Теорії особистості. - Пітер, 2005.

. Б. С. Деркачев. 2001-2004

. Мельник С.М., Психологія особистості

11. Фрейд А. Его та захисні механізми / Фройд А. - М. : Педагогіка-Прес, 1993 - 68 с.

. 10. Субботина, Л. Ю. Структурно-функциональная организация психологической защиты личности / Субботина Л. Ю М. : РГБ, 2007 - 283 с.

13. Романова Е. С. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, діагностика / Романова Е. С., Гребенников Л. Р. - Мытищи: Талант, 1996 - 144 с.

. Психология. Учебник / Под ред. А. А.Крылова. - М. : Проспект, 2000. - 584 с.

15. Нэнси Мак-Вильямс <http://ru.wikipedia.org/wiki/Мак-Вильямс,\_Нэнси>Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе <http://lib.aldebaran.ru/author/makvilyams\_nyensi/makvilyams\_nyensi\_psihoanaliticheskaya\_diagnostika\_ponimanie\_struktury\_lichnosti\_v\_klinicheskom\_processe/makvilyams\_nyensi\_psihoanaliticheskaya\_diagnostika\_ponimanie\_struktury\_lichnosti\_v\_klinicheskom\_processe\_\_0.html> / Мак-Вильямс Н. - М. : Класс, 1998 - 480 с.

. Никольская И. М. <http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Никольская,\_Ирина\_Михайловна&action=edit&redlink=1> Психологическая защита у детей / Никольская И. М., Грановская Р. М. - М.: Речь <http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Речь\_(издательство)&action=edit&redlink=1>, 2006 <http://ru.wikipedia.org/wiki/2006> - 342 с.

17. Лазарус Р. С. Моделі регулювання / Лазарус Р. С. - Спб. : Пітер, 1997 - 103 с.

. Колеман Дж. К. Аномальна психологія та сучасне життя / Колеман Дж. К. М.: Клас, 1994 - 132 с.