

Лыков Сергей Викторович

аспирант кафедры социальной и общей психологии
Российского государственного
социального университета

**ФОРМИРОВАНИЕ
ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ
В РАМКАХ ОПАСНЫХ СИТУАЦИЙ**

Аннотация:

В работе рассматривается вопрос поведения человека в периоды военных конфликтов, определяется влияние негативных ситуаций на возникновение и действие защитных механизмов психики человека. Представлены результаты исследования, проведенного на базе Южноукраинского национального педагогического университета имени К.Д. Ушинского (Одесса), в ходе которого были выявлены доминирующие защитные механизмы психики у испытуемых (подавление, регрессия, компенсация, проекция).

Ключевые слова:

война, отрицание, подавление, регрессия, компенсация, проекция, опасность, страх, акцентуация.

Lykov Sergey Viktorovich

PhD student,
Social and General Psychology Department,
Russian State Social University

**DEVELOPMENT OF
DEFENSE MECHANISMS
IN DANGEROUS SITUATIONS**

Summary:

This article considers the issue of human behaviour in the context of armed conflicts. The impact of negative situations on the emergence and functioning of defense mechanisms of human psyche is defined. The author presents results of the study carried out in the South Ukrainian National Pedagogical University (Odessa), which has revealed the dominant defense mechanisms of research subjects (suppression, regression, compensation, projection).

Keywords:

war, denial, suppression, regression, compensation, projection, danger, fear, accentuation.

В научной теории существует достаточно много понятий, которые тесно ассоциируются с термином «психологическая война». Эти понятия связываются общей картиной мира, которая отражается в восприятии реальности. Однако на сегодняшний день исследования непосредственно гражданских жителей, которые попадали в экстремальные ситуации и локальные конфликты, встречаются достаточно редко.

Изучение ситуаций, в которых формируются стили психических защит, имеет доминантное значение в контексте понимания реакций человека в тяжелых жизненных ситуациях. Чем больше исследований на эту тему будет произведено и чем больше будет установлено взаимосвязей, тем меньше будут выражаться зависимость человека от негативных социальных установок и его подверженность стереотипизации.

Все элементы психики человека формируются в мирное время, однако война в несколько раз усиливает личностные особенности. В условиях войны и экстремальных ситуаций наблюдается массовая трансформация психологических качеств. Психологические защиты и акцентуации человека имеют крайне важное значение и схожий характер. Экстремальные условия раскрывают скрытые возможности организма и психики человека. Они активизируют ресурсы, стараясь защитить индивида. Однако эта гипотеза должна быть подтверждена практически [1, с. 163–164].

К. Клаузевиц полагал, что в экстремальной ситуации психика не способна обрабатывать всю информацию и старается реагировать на ситуации стереотипно [2, с. 78]. Эту мысль развивал и К. Симонов, утверждая, что при постоянном ожидании и предвосхищении опасных ситуаций человек ищет наиболее простые способы решения проблем [3, с. 297]. Приведенные мнения подтверждают наше утверждение о влиянии опасной ситуации на мышление и поведение человека. Однако полагаем, что в данную схему стоит включить и эмоциональный фон. Страх активизирует защитные механизмы психики, а те в свою очередь направляют поведение человека в определенное русло.

Хотя восприятие окружающего мира у каждого человека сугубо индивидуально, существуют некоторые черты личности, которые имеют сходный характер. Социальные, национальные, половые и возрастные критерии прослеживаются в любых исторических и культурных условиях. И такие внешние факторы, как, например, средства массовой информации, слухи, случайно оброненные фразы, способны воздействовать на точку зрения и личность человека в любой из возможных ситуаций [4, с. 50]. Для безопасного функционирования человеку необходимо получать информацию об окружающей его реальности. Поэтому то, каким образом СМИ подает информацию, ее достоверность и точка зрения автора оказывают огромное влияние на формирование социальных представлений обществу.

В современном мире важнейшим субъектом отношений «опасность – безопасность» наряду с государством становится все человечество [5, с. 79]. Человек, находящийся в безопасной обстановке, ощущает комфорт и защищенность. Находясь же в ситуации, угрожающей его благополучию, человек испытывает неудобства и страх. Страх – это одна из главенствующих, фундаментальных эмоций, поэтому он оказывается взаимосвязан с ключевыми элементами всей жизни человека.

Страх всегда выражается непроизвольно, вне зависимости от желания человека. Если и можно сознательно вызвать чувство страха, то это крайне сложный процесс, требующий полной отдачи сил для этой цели [6, с. 298].

Эволюция эмоции страха начинается с самых ранних лет жизни человека и продолжается до самой старости. Любому младенцу боится быть покинутым матерью, а с возрастом он начинает бояться боли, животных, высоты и даже мистических персонажей. Ярким примером последнего может служить образ Бабы-яги или монстров под кроватью. Процесс взросления заключается не только в развитии высших психических процессов и элементов или росте организма, а также в познании мира, определении представлений о реальности, которые в дальнейшем влияют на восприятие этого мира [7, с. 39–40].

Стремление найти инструмент для какой-либо конкретизации беспокойства однозначно приводит к тому, что человек переносит его на вполне конкретные страхи [8]. Когда человек находится в тревожном состоянии, то он всеми силами старается найти причину этого беспокойства. Как правило, точно определить причину невозможно, так как зачастую это является глубинным, неосознаваемым процессом. Поэтому берется какой-либо страх, вполне явный и конкретный, и беспокойство конкретизируется, определяется, переносится на него. Весь этот огромный пласт негативной информации зарождает и актуализирует защитные механизмы психики человека.

Феномен массовых явлений проявляется и прослеживается в таких ситуациях наиболее сильно. При кризисных и экстремальных событиях активизируются механизмы, которые захватывают внимание всего общества. Так, скрытые до определенного момента качества личности раскрываются в условиях, когда жизнь человека находится под угрозой, а время на принятие важных решений крайне ограничено. Механизмы психологических защит подходят под такие параметры и усиливаются, так как их основная функция – это устранение и снижение неблагоприятных последствий для личности человека и общества.

Защитный механизм является способом, при помощи которого человек адаптируется к внешним условиям, поэтому эти самые условия, наравне с некоторыми особенностями самого человека, диктуют его поведение в жизни [9]. Большинство защитных механизмов являются бессознательными и не замечаются самим носителем, тем временем формируя вокруг него пласт определенных моделей поведения и сценариев реагирования на тяжелые жизненные ситуации.

Конфликт между получаемой реакцией и бессознательным человеком способен вызвать достаточно серьезные нарушения в психике и организме человека, может проявляться в форме хронической депрессии и острого невроза. Если в обществе преобладают негативные тенденции, то картина мира граждан постепенно изменяется, появляется социальная установка на негативное восприятие мира.

Для измерения доминирующих защитных механизмов психики использовалась методика «Индекс жизненного стиля» Келлермана – Плутчика, адаптированная Е.С. Романовой и Л.Р. Гребенниковым. Данная методика является наиболее подходящим инструментом как для диагностики целостной системы защитных механизмов психики, так и для выявления доминирующих механизмов. Эта методика состоит из 97 вопросов и 8 шкал, которые определяют доминирующие защитные реакции. К таким механизмам имеют отношение следующие: отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, проекция, замещение, интеллектуализация и реактивные образования.

Исследование проводилось на базе Южноукраинского национального педагогического университета имени К.Д. Ушинского. Выборка составила 93 чел., 58 женщин и 35 мужчин. Средний возраст испытуемых – 23,5 года. Все респонденты проживают на Украине, в городе Одессе. Новизна исследования прослеживается в том, что исследование проводилось в городе, в котором неоднократно происходили события террористического и националистического характера, которые были способны сформировать и закрепить новые механизмы поведения.

В ходе обработки данных исследования были получены следующие результаты, которые для удобства проранжированы по уровню их значимости.

На первом месте среди доминирующих защитных механизмов психики стоит подавление, его отметили большинство испытуемых. Этот защитный механизм работает таким образом, что старается удалить из сознания тревожные элементы обыденной реальности. В жизни это может проявляться как непроизвольное забывание каких-либо событий или осуществление целенаправленной деятельности по отвлечению от тяжелых воспоминаний. Подавление осознаваемо.

Этот защитный механизм хорошо заметен в социальных ситуациях. Если какое-то действие по вашему мнению или мнению общества неприемлемо или нежеланно, то мы сознательно запрещаем себе его делать, вне зависимости от имеющихся потребностей.

На втором месте по показателям методики оказалась регрессия, которая выражается в переходе личности на более ранние, простые формы развития. В хронических случаях регрессия может приводить к ипохондрии и инфантилизму, способна привести к нарушениям в эмоциональном и мотивационном плане. Позволяя ощутить себя более защищенным, совершить ментальный прыжок в более комфортное прошлое, человек неосознанно нивелирует весь жизненный опыт, накопленный им до этого момента.

На третьем месте находится защитный механизм по типу компенсации. Он характеризуется направленной деятельностью «от противного». Невозможность удовлетворить любую, не только доминирующую, потребность из-за каких-либо объективных причин направляет усилия человека в иное русло, которое может прямо или косвенно способствовать разрешению возникшей проблемы.

Наименее выраженным защитным механизмом оказалась проекция. Этот защитный механизм выражает собой приписывание собственных мыслей и чувств другому объекту, в том числе и людям. Низкие показатели распространенности данного механизма говорят о развитой критичности мышления, которая выработалась у украинцев за время локальных конфликтов на территории своей страны.

Значимость исследования влияния кризисных и экстремальных ситуаций на личность человека не раз описывалась во многих научных и художественных работах. Понимание механизмов функционирования психики в такие периоды времени способно в будущем направить силы людей на преодоление последствий негативных событий. В периоды военных действий человек испытывает страхи и опасения. В отличие от мирного времени, времени на поиск и решение проблем, обдумывание ситуаций оказывается крайне мало. Тревожная обстановка заставляет действовать поспешно, психика формирует шаблон, какой-либо эталон реагирования на ситуацию. Защитные механизмы психики являются той точкой, которая диктует человеческое поведение. Подавление, стоящее у испытуемых на первом месте, заставляет вычеркнуть из головы тревожную информацию, и люди начинают действовать и реагировать на окружающий мир вне контекста подавляемой информации.

Ссылки:

1. Алексиевич С. У войны – не женское лицо. Минск, 1985. С. 163–164.
2. Клаузевиц К. О войне : в 2 т. Т. 1. М., 1937. С. 78–79.
3. Симонов К. Солдатские мемуары. Документальные сценарии. М., 1985. С. 297–298.
4. Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. СПб., 2005. 50 с.
5. Клаузевиц К. Указ. соч. С. 79.
6. Симонов К. Указ. соч. С. 298.
7. Момыш-Улы Б. Психология войны. Алма-Ата, 1990. С. 39–40.
8. Заворуева А.С. Проблема трансгрессии тревоги в жизни современного общества: социально-философские аспекты : дис. ... канд. филос. наук. М., 2007.
9. Коротец В.И. Опасность и безопасность в современном мире: философско-культурологический анализ. Ростов н/Д., 2003.

References:

1. Aleksievich, S 1985, *War has not a female face*, Minsk, p. 163-164.
2. Clausewitz, K 1937, *On War: In 2 vols.*, vol. 1, Moscow, p. 78-79.
3. Simonov, K 1985, *Soldier's Memoir. Documentary scenario*, Moscow, p. 297-298.
4. Wasserman, LI, Eryshev, OF & Klubova, EB 2005, *Psychological diagnostics index lifestyle*, St. Petersburg, 50 p.
5. Clausewitz, K 1937, *On War: In 2 vols.*, vol. 1, Moscow, p. 78-79.
6. Simonov, K 1985, *Soldier's Memoir. Documentary scenario*, Moscow, p. 297-298.
7. Momysh-Uly, B 1990, *Psychology of War*, Alma-Ata, p. 39-40.
8. Zavorueva, AS 2007, *The problem is the transgression of anxiety in the life of modern society: socio-philosophical aspects*, PhD thesis, Moscow.
9. Korotets, VI 2003, *Danger and security in today's world: the philosophical and cultural analysis*, Rostov-on-Don.