

Кашпур Ю.М.

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Росенко І.В.

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ З РИСАМИ ОСОБИСТОСТІ

У статті представлено результати емпіричного дослідження зв'язку інтенсивності використання механізмів психологічного захисту з рисами особистості за моделлю «Велика П'ятірка». Механізми психологічного захисту розглядаються як позасвідомі реакції психіки на дію зовнішнього або внутрішнього подразника, що спрямована на мінімізацію або усунення викликаного тривоги та занепокоєння. На вибір людиною певних форм психологічних захистів у стресовій ситуації впливає значна кількість факторів: вроджений темперамент, особливості виховання, когнітивний розвиток, досвід використання певних захистів, а також індивідуально-особистісні властивості. Для діагностики механізмів психологічного захисту використано опитувальник «Life Style Index» Р. Плутчика та Г. Келлермана, що дозволяє визначити рівень напруги восьми захисних механізмів за класифікацією Р. Плутчика, а саме: заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проєкція, заміщення, інтелектуалізація та реактивне утворення, а також оцінити загальний ступінь напруги захистів. Для діагностики рис особистості використано методіку «Велика П'ятірка» А. Грецова, що складається з наступних факторів: екстраверсія, нейротизм, доброзичливість, відкритість досвіду, самоконтроль. Статистичний аналіз отриманих даних підтверджує припущення про зв'язок психологічного захисту з рисами особистісними. Виявлено, що регресія позитивно пов'язана із такими факторами як: екстраверсія, нейротизм, відкритість досвіду та доброзичливість. Компенсація має значущий кореляційний зв'язок із екстраверсією, нейротизмом та доброзичливістю. Проєкція позитивно корелює з екстраверсією; інтелектуалізація з самоконтролем, а реактивне утворення з нейротизмом. Обернений кореляційний зв'язок виявлено між механізмом захисту витіснення та фактором нейротизму. Також отримані дані вказують на те, що високий рівень екстраверсії пов'язаний із високою інтенсивністю використання захисних механізмів.

Ключові слова: механізми психологічного захисту, психологічний захист, захисні механізми, риси особистості, Велика П'ятірка.

Постановка проблеми. Соціально-політичні зміни, що притаманні сучасному українському суспільству, характеризуються стрімким потоком культурних та економічних трансформацій, які неодмінно впливають на особливості життєдіяльності людини, розширюючи спектр потенційних стресорів. У таких обставинах особливого значення для психологічної науки набуває вивчення тих аспектів психічної саморегуляції людини, що забезпечують збереження цілісності особистості, убезпечуючи її від негативних переживань. Одним із таких аспектів є механізми психологічного захисту, що спрямовані на мінімізацію внутрішньої напруги та психологічного дискомфорту.

У сучасній психологічній науці немає загальноприйнятої теорії захисних механізмів та їхньої універсальної класифікації, оскільки погляди

науковців розрізняються за концептуальними підходами до їхнього вивчення. Будь які форми поведінки та інтерпретації інформації про травматичну ситуацію, що допомагають знизити внутрішній дискомфорт та емоційні переживання можна визначити як захист, тому напрацювання єдиної класифікації цих форм є доволі складним завданням.

Серед науковців поширеною є думка про патологічність та неефективність захисних механізмів, однак останні дослідження спростовують це твердження. Механізми психологічного захисту диференціюються за рівнем усвідомлення та зрілості, що, у свою чергу, впливає на їхній захисний ефект у тих чи інших стресових обставинах. Зв'язок захисту із симптомами клінічної патології має місце у випадку інтенсивного використання

його незрілих форм. У сучасній психології чимало досліджень спрямовано на вияв тенденцій та закономірностей використання різних форм психологічного захисту, їхнього зв'язку з індивідуально-особистісними властивостями людини. Виявлено, що захисти мають зв'язок із різними формами агресії, рівнем емоційного інтелекту, цинізму, адаптивності, життєстійкості, копінг-стратегіями, самооцінкою тощо [6, 8, 9, 10].

Пропоноване дослідження спрямоване на розширення існуючих уявлень про особливості захисних механізмів та їхній зв'язок із особистісними властивостями людини, що може бути використаним при вирішенні теоретичних та практичних проблем.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теорія психологічного захисту вперше була описана З. Фройдом в рамках класичного психоаналізу для позначення психічної реакції, яка дозволяє уникнути травматичних переживань та афектів, що вони спровоковані неприйнятними імпульсами, шляхом специфічної трансформації психологічного матеріалу. В подальшому, розширення цієї концепції та деталізація її теоретичних засад відбувалися у просторі Его-психології, зокрема у працях А. Фройд, яка запропонувала власну класифікацію механізмів психологічного захисту. Згодом, проблема захисних механізмів вийшла за межі психоаналітичної школи та вивчалась представниками соціальної, когнітивної психології та психології розвитку [1].

У сучасній психології механізми психологічного захисту розглядаються як автоматична реакція психіки на переживання внутрішньої напруги та дискомфорту, що діє на позасвідомому рівні у якості специфічної когнітивної операції, спрямовуючи поведінку людини на послаблення дискомфорту та відновлення оптимального рівня внутрішньої сталості та рівноваги [2]. Дж. Вейлант використовує поняття захисного стилю, що позначає відносно стійку тенденцію особистості використовувати конкретні механізми захисту, або ж їхню певну кількість. У запропонованій теорії захисти класифікуються за ступенем їхньої усвідомлюваності (зрілості), що визначає рівень викривлення цим захистом сприйняття дійсності [5]. Ступінь зрілості захисних механізмів залежить від індивідуального розвитку особистості та пов'язаний із особистісними властивостями [1].

Н. МакВільямс, узагальнюючи надбання психоаналітичних досліджень, пропонує власну класифікацію механізмів психологічного захисту, розглядаючи їх як ключовий діагностичний кри-

терій психоаналітичної типології особистості. Згідно теорії дослідниці кожному типу особистості притаманна специфічна комбінація захисних механізмів, що відображає їхні індивідуально-характерологічні властивості. Захист може бути примітивним (незрілим), тобто діяти загальним та недиференційованим чином, коли когнітивні, афективні та поведінкові параметри поєднуються між собою. На противагу примітивним механізмами, зрілий захист здійснює певні трансформації на одному рівні психічної регуляції, або ж комбінуючи між собою думки, почуття та емоції [4]. Когнітивний розвиток формує необхідні можливості для використання складних (зрілих) захисних механізмів. За ступенем ускладнення когнітивного розвитку дитини відбувається відповідне ускладнення форм психологічного захисту, що супроводжується заміною незрілих механізмів на когнітивно складніші, що сприятимуть подальшому розвитку особистості. До прикладу, заперечення змінюється проекцією, а проекція ідентифікацією, які сприяють розвиткові емпатії. Однак використання примітивних захистів на вищих вікових етапах є симптомом дезадаптації та патології, у той час як зрілий захист, зокрема його інтелектуальні форми, пов'язаний із високими адаптаційними можливостями особистості [1, 6].

Стійкість захисту зумовлена його ірраціональною та несвідомою дією, з акцентом на емоційних проявах [7]. Метою актуалізації захисного механізму постає внутрішньопсихологічна адаптація, тобто досягнення конгруентності між внутрішнім та зовнішнім світом, внаслідок усунення (мінімізації) когнітивного або емоційного дискомфорту. Не дивлячись на те, що захист розуміється стійким та стабільним механізмом у структурі особистості, що має безпосередній зв'язок із індивідуально-особистісними характеристиками, це не виключає його чутливості до ситуативних факторів. Зокрема, зміст та специфіка стресової ситуації частково визначає особливості поведінки та захисту, що спрямовані на подолання стресу. Дослідження Ф. Крамер демонструють лінійний зв'язок між інтенсивністю використання захисних механізмів та кризою ідентичності. Особистість схильна менше використовувати захист за умови сформованої ідентичності та високої самооцінки. З іншого боку, певні механізми сприяють досягненню ідентичності, зокрема ідентифікація, власне, на етапі проходження цієї нормативної кризи у ранньому юнацькому віці [3].

Чимало досліджень присвячено вивченню взаємозв'язку механізмів психологічного захисту

із індивідуально-особистісними властивостями. Дослідження В. Шевченко та А. Оганян свідчить про зв'язок таких механізмів як проєкція та заперечення із проявами вербальної та фізичної агресії [10]. І.П. Топалова виявила, що досліджуваним із високими показниками цинізму притаманно використання заперечення, регресії, проєкції та компенсації [8]. Також виявлено, що висока інтенсивність використання захистів пов'язана із низьким рівнем емоційного інтелекту, зокрема нездатністю до управління своїми емоціями [9].

Метою даного дослідження є вияв взаємозв'язку між показниками інтенсивності використання механізмів психологічного захисту та рисами особистості за моделлю «Велика П'ятірка» та його подальший психологічний аналіз.

Методологія й методи. Представлене дослідження ґрунтується на теоретичному припущенні про зв'язок індивідуально-особистісних рис із вибором стратегії психологічного захисту у ситуаціях, що актуалізують переживання негативних афектів, тривоги та занепокоєння.

Для діагностики інтенсивності використання механізмів психологічного захисту використано методику «Life Style Index» Р. Плутчика та Г. Келлермана, що дозволяє діагностувати всю систему психологічного захисту особистості, виявити провідні та оцінити ступінь напруги кожного механізму. За допомогою опитувальна можливо виміряти вісім форм психологічного захисту: заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проєкція, заміщення, інтелектуалізація, реактивне утворення, а також загальну напругу захисту (ЗНЗ).

З метою діагностики особистісних рис застосовано опитувальник «Велика П'ятірка» в адаптації А.Г. Грецова за п'ятифакторною моделлю особистості, що її започатковано П. Коста та Р. Маккрей, а також «Наскрізного біполярного переліку» Л. Голберта. Методика складається з п'яти основних шкал: екстраверсія, нейротизм, відкритість досвіду, самоконтроль та дружелюбність.

Результати та дискусії. Отримані кореляційні зв'язки підтверджують гіпотезу про зв'язок механізмів психологічного захисту із особистісними рисами за моделлю «Велика П'ятірка».

Виявлено, що захисний механізм «регресія» корелює з більшістю особистісних рис. Регресія полягає в уникненні надмірної тривоги та занепокоєння шляхом переходу на ранні стадії розвитку лібідо, що проявляється у використанні примітивних та стереотипних форм поведінки, схильності підмінити вирішення складних задач простішими та доступнішими. Використання регресії не завжди потребує соціальної взаємодії, однак схильність екстравертів регресувати може бути зумовлена їхньою орієнтацією на міжособистісні контакти та соціальну включеність. За таких умов, демонстрація інфантильних патернів поведінки з підкресленням власної безпомічності підвищує ефективність регресії, як форми захисту, оскільки очікувана реакція оточення надає почуття безпеки та захищеності. Це також підтверджується позитивним зв'язком регресії із фактором «Добррозичливість», оскільки виражене позитивне ставлення до інших та готовність до співпраці підвищує шанси отримати необхідну

Таблиця 1

Статистично значущі коефіцієнти кореляції між показниками інтенсивності використання механізмів психологічного захисту та факторами Великої п'ятірки

	Екстраверсія	Нейротизм	Відкритість досвіду	Самоконтроль	Добррозичливість
A	-	-	-	-	-
B	-	-0,585**	-	-	-
C	0,570***	0,585***	0,306**	-	0,462***
D	0,515***	0,457***	-	-	0,371**
E	0,300*	-	-	-	-
F	-	-	-	-	-
G	-	-	-	0,476***	-
H	-	0,334*	-	-	-
ЗНЗ	0,499***	0,374*	-	-	-

Примітка. А – заперечення; В – витіснення; С – регресія; D – компенсація; E – проєкція; F – заміщення; G – інтелектуалізація; H – реактивне утворення; ЗНЗ – загальна напруга захисту.

*Рівні статистичної значущості: $p < 0,001$ ***; $p < 0,01$ **; $p < 0,05$ **

підтримку від інших. Поряд із тим, цей захисний механізм притаманний нейротичним особистостям, що вони характеризуються емоційною нестабільністю та схильністю до частого переживання тривоги і занепокоєння. Демонстрація власної незрілості та нездатності вирішити проблемку ситуацію є доволі примітивним способом захисту від травматичного впливу, що супроводжується втратою самоконтролю та підвищенням вразливості. Також виявлено значущий зв'язок регресії із фактором «Відкритість досвіду», що характеризує оригінальну та схильну до ризику особистість. У такому контексті, регресія може виступати формою захисту у ситуації переоцінки людиною власних можливостей виконати нове завдання, у разі прийняття на себе надмірної відповідальності.

Прямий кореляційний зв'язок між компенсацією та нейротизмом може бути зумовлений частим переживанням внутрішньої тривоги та напруги, які притаманні емоційно нестабільним особистостям, призводячи до частих сумнівів і невпевненості у собі. Таким чином, нейротизм змушує особистість вдаватись до компенсаторної поведінки, щоб позбутись негативних переживань стосовно своїх уявлень про себе. Компенсація позитивно корелює із екстраверсією, що вказує на схильність соціально включених респондентів компенсувати свої реальні або уявні недоліки посиленням розвитком (гіперкомпенсація) або демонстрацією розвинутих та сильних сторін своєї особистості. З одного боку, патерни екстраверсії (комунікабельність, відкритість, оптимізм) можуть бути проявами компенсаторної поведінки, спрямовані на підвищення самоповаги та самооцінки людини. Це частково підтверджується зв'язком компенсації із фактором «Доброзичливість», за яким демонстрована приємність у спілкуванні та дружелюбність є спробами приховати (компенсувати) власну неповноцінність, що суб'єктивно переживається особистістю. З іншого боку, широке коло міжособистісних контрактів, притаманних екстравертам, підвищує вірогідність отримати зовнішнє схвалення та позитивне сприйняття тих індивідуальних аспектів особистості, демонстрація яких дозволяє приховати суб'єктивні недоліки, тим самим покращити уявлення про себе.

Також екстравертам притаманно використання проєкції, що полягає у приписуванні іншим власних неприйнятних якостей, почуттів та думок задля збереження позитивних уявлень про себе. З огляду на високу схильність екстравертованих особистостей до міжособистісної взаємодії проєкція постає для них доволі доступним спосо-

бом захисту, але з іншого боку, під впливом цього захисного механізму, особистість може неадекватно сприймати як себе, так і своє оточення.

Емоційна нестабільність (нейротизм) має прямий кореляційний зв'язок із механізмом психологічного захисту реактивне утворення. Захисний ефект реактивного утворення полягає у зміні негативного афекту прямо протилежним. З огляду на нездатність нейротичних особистостей керувати власними емоціями, реактивне утворення може слугувати способом заміни негативних афектів прийнятними та позитивними. До прикладу, демонстрована дружелюбність може розглядатись як реактивне утворення відносно несвідомої агресії та ворожості.

Також виявлено обернений кореляційний зв'язок виявлено між фактором нейротизму та механізмом захисту витіснення, що полягає у перенесенні до позасвідомого неприйнятних бажань, думок та почуттів. Не дивлячись на примітивність цієї форми психологічного захисту, отримані дані свідчать про те, що витіснення пов'язане із вмінням контролювати власні емоції. Можливо стабільність емоційної сфери пов'язана зі схильністю особистості придушувати негативні переживання, уникаючи їхнього усвідомлення та осмислення.

Виявлено статистично значущий зв'язок між фактором «Самоконтроль» та механізмом захисту інтелектуалізація. Інтелектуальні форми захисту (до яких також відноситься раціоналізація) спрямовані на мінімізацію внутрішньої напруги та дискомфорту шляхом раціональних, або псевдологічних роздумів та спекуляцій про травматичну ситуацію, що забезпечують відсторонення від афекту та почуттів. Особистість, що має високі показники за фактором самоконтролю демонструє обережність (іноді педантизм), організованість та дисциплінованість, що сприяє використанню інтелектуальних захистів, пригнічуючи вплив емоцій та почуттів на сприйняття ситуації, яка викликала фрустрацію.

Висновки. За результатами емпіричного дослідження зв'язку механізмів психологічного захисту з рисами особистості встановлено, що використання певних форм психологічного захисту дійсно пов'язане із індивідуально-особистісними властивостями людини. Екстраверти схильні використовувати широкий спектр, а саме: регресію, компенсацію та проєкцію. Особистостям із високими показниками нейротизму притаманно використовувати регресію, компенсацію та реактивне утворення. Відкритість досвіду позитивно

пов'язана із регресією; самоконтроль корелює із інтелектуалізацією; доброзичливість з регресією та компенсацією. Також виявлено обернений статистичний зв'язок між рівнем нейротизму та механізмом витіснення.

Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні засобів діагностики механізмів психологічного захисту та критеріїв індивідуально-особистісних властивостей для вияву потенційних закономірностей.

Список літератури:

1. Богач О. В., Кіршо С. М. Механізми психологічного захисту як чинник здоров'язбереження студентів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Педагогічні науки»*. 2018. Вип. 152. Т. 2. С. 37–38
2. Кирпенко Т. М. Механізми психологічного самозахисту підлітків: монографія / Т. М. Кирпенко, Ю. О. Бохонкова. Северодонецьк : вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.
3. Топалова І. П. Механізми психологічного захисту осіб з високим та низьким рівнем цинізму. *Наука і освіта. Психологія*. 2012. № 6.
4. Циганчук Т. Роль механізмів психологічного захисту в структурі емоційного інтелекту. *Педагогічний процес: теорія і практика (Серія: Психологія)*. 2018. № 3(62). С. 63–67.
5. Шевченко В., Оганян, А. Взаємозв'язок захисних механізмів та форм агресивної поведінки. *Науковий вісник Миколаївського національного університету В.О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2016. № 1. С. 235–239.
6. Cramer, Ph. Understanding Defense Mechanisms. *Psychodynamic Psychiatry*. 2015. 43(4). С. 523–552.
7. Cramer Ph. Introduction: Defensiveness and Defense Mechanisms. *Journal of Personality*. 66:6, Blackwell Publishers, 1998. P. 879–894.
8. Cramer, Ph. Defense mechanisms: 40 years of empirical research. *Journal of Personality Assessment*. 2015. 97(2). 114–122.
9. McWilliams Nancy. Psychoanalytic diagnosis: understanding personality structure in the clinical process / 2-nd ed. New York : The Guilford Press, 2011 426 p.
10. Vaillant G. Adaptation to life: How the best and the brightest came of age. Boston : Little Brown, 1972.

Kashpur Yu.M., Roienko I.V. EMPIRICAL STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS AND PERSONALITY TRAITS

The article presents the results of an empirical study examining the relationship between the intensity of using psychological defense mechanisms and personality traits according to the «Big Five» model. Psychological defense mechanisms are regarded as the subconscious reactions of the mind to the influence of external or internal stimuli aimed at minimizing or eliminating induced anxiety and distress. The selection of specific forms of psychological defenses by an individual in a stressful situation is influenced by a significant number of factors, including innate temperament, upbringing characteristics, cognitive development, experience with the use of certain defenses, as well as individual personality traits. To diagnose psychological defense mechanisms, the «Life Style Index» questionnaire by R. Plutchik and G. Kellerman was used. This questionnaire allows determining the level of tension in eight defense mechanisms according to Plutchik's classification, namely: denial, repression, regression, compensation, projection, substitution, intellectualization, and reactive formation. It also assesses the overall degree of defense mechanisms' tension. For personality trait diagnosis, the «Big Five» method by A. Grecov was employed, which consists of the following factors: extraversion, neuroticism, agreeableness, openness to experience, and self-control. Statistical analysis of the obtained data confirms the assumption of a connection between psychological defense and personality traits. It was found that regression is positively associated with factors such as extraversion, neuroticism, openness to experience, and agreeableness. Compensation has a significant correlation with extraversion, neuroticism, and agreeableness. Projection correlates positively with extraversion, intellectualization with self-control, and reactive formation with neuroticism. An inverse correlation was observed between the defense mechanism of repression and the neuroticism factor. The data also indicate that a high level of extraversion is associated with a high intensity of using defense mechanisms.

Key words: psychological defense mechanisms, psychological defense, defense mechanisms, personality traits, Big Five.