

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА, ЭМОЦИИ И СТРЕСС, МЕХАНИЗМЫ АДАПТАЦИИ

DOI: 10.46742/2949-5377-2024-77-1-116-127

УДК:159.9

ВЛИЯНИЕ ВЕДУЩИХ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ НА КОМПОНЕНТЫ ЛИЧНОСТНОЙ КРЕАТИВНОСТИ

Гут Ю. Н.

Самаркандский государственный университет им. Ш. Рашидова

E-mail: gut.julya@yandex.ru

Лубкова А. А.

*факультет психологии ОАНО ВО «Московский психолого-социальный
университет», Москва, Россия*

E-mail: lubkova.nastia@yandex.ru

АННОТАЦИЯ. В статье представлены результаты эмпирического исследования, свидетельствующие о влиянии ведущих деструктивных защитных механизмов психики на некоторые компоненты личностной креативности.

Ключевые слова: защитные механизмы, креативность личности, воображение, бессознательное, сознательное, сложность, склонность к риску.

Gut Yu. N. Lubkova A.A.

The influence of the leading defense mechanisms of the psyche on the components of personal creativity.

The article presents the results of an empirical study indicating the influence of the leading destructive defense mechanisms of the psyche on some components of personal creativity.

Key words: *defense mechanisms, personality creativity, imagination, unconscious, conscious, complexity, risk-taking.*

Набор используемых человеком защитных механизмов психики представляет собой его уникальную личностную характеристику. В случае, если на пути достижения жизненных целей, планов, выполнения задач человек не сталкивается с какими-либо субъективно значимыми трудностями, то процесс его адаптации происходит с использованием таких конструктивных защитных механизмов области сознательного, как целеполагание, конформизм, познавательные процессы и т. п. Если же трудности, возникающие на его пути, представляются субъективно значимыми, а ситуация сопровождается наличием у человека внутренних и внешних барьеров,

то процесс адаптации реализуется с помощью защитных механизмов области бессознательного [9].

Задача защитных механизмов заключается в регулировании поведения в ситуациях неудовлетворения какой-либо потребности с целью минимизации травматического опыта. Все защитные механизмы психики можно условно поделить на эффективные и неэффективные, или же конструктивные и деструктивные. Конструктивные защиты способствуют адаптации личности к тем или иным социальным условиям, деструктивные защиты искажают реальность происходящего, изменяют ценностную структуру личности, затрудняют социальную адаптацию [1].

По мнению З. Фрейда защитные механизмы определяют взаимоотношения в конфликте между сознанием и бессознательным. Он же предложил теорию, согласно которой бессознательное воздействует на сознательное с целью трансформации неприемлемых форм поведения в приемлемые [10,11].

А. Фрейд продолжила развивать данную теорию и предложила 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» [5]. Именно А. Фрейд был введен термин «степень конструктивности», суть которого в отнесении защитных механизмов к категориям адекватных (конструктивных) или неадекватных (деструктивных). Адекватные механизмы снижают уровень тревоги и предотвращают невротические реакции, в то время как неадекватные, наоборот, повышают уровень тревоги или снижают его на короткое время.

Исследованием проблемы различия в обработке информации сознательных и бессознательных процессов занимались Г. Бейтсон, Р.М. Грановская, Л.Ю.Субботина, К. Юнг, и др. Для того чтобы среда заставляла человека проявлять творческую креативность, необходимы ее неопределенность и богатство возможностей. Творческие же люди стараются искать и создавать такие среды. В работе В.И. Долговой и О.А. Кондратьевой говорится о том, что таким людям присуща способность легко переносить неопределенность, открытость опыту, сильный самоконтроль, эмоциональная стабильность и готовность к риску. А также отмечается беглость, порывистость, импульсивность, предпочтение ассиметричных форм [3].

М.Н. Латыпова отмечает, что, когда сознание попадает в сложность и неопределенность, возникает чувство тревоги. Состояние же творческой

свободы, характеризуемое легкой переносимостью неопределенности, открытостью опыту и готовностью к риску дает человеку необходимые ресурсы для того, чтобы справляться с тревожностью в ситуациях неопределенности [6].

Иными словами, имеет место предположение о том, что уровень развития креативности личности и воображение помогают бессознательной стороне психики в ситуациях неопределенности разрешать внутренние конфликты более конструктивным путем, нежели, когда человек обладает низким уровнем развития креативности и воображения. Само понятие креативности личности разными учеными трактуется по-разному. Но наиболее полное определение Е. Торренса, который считал, что креативность – это не специальная, а общая способность, которая базируется на конstellляции общего интеллекта, личностных характеристик и способностей к продуктивному мышлению [12].

Тем не менее, большинство психологов сходятся в мнении, что креативность – это способность порождать необычные идеи, отклоняться в мышлении от традиционных схем, быстро разрешать проблемные ситуации; креативность охватывает некоторую совокупность мыслительных и личностных качеств, необходимых для становления способности к творчеству.

Несмотря на то, что зачастую творчество рассматривается как высшая форма деятельности, процесс создания нового, ранее неизученного, оно же многими авторами представляется как способ бегства от реальности с целью удовлетворения каких-либо потребностей, то есть способом компенсации состояния неудовлетворенности [2,4].

В современных исследованиях постепенно изучается связь защитных механизмов психики с различными аспектами сознательного. Так, уже была изучена связь защитных механизмов с толерантностью, эмпатией, ценностями, самооценкой и т. д.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Всё вышеизложенное свидетельствует о том, что между защитными механизмами психики и личностной креативностью присутствует тесная связь: некоторые защитные механизмы, в частности сублимация, могут способствовать творческому процессу, сублимированию энергии в новые формы деятельности.

Цель же настоящего исследования состоит в выявлении влияния иных защитных механизмов психики на компоненты личностной креативности.

Гипотеза заключается в том, что выраженность деструктивных механизмов психики является предиктором низкого уровня развития компонентов личностной креативности, а именно: выраженность таких деструктивных защитных механизмов психики, как подавление, регрессия и отрицание, негативно сказывается на развитии таких компонентов, как склонность к риску, сложность и креативность личности.

Выборку данного исследования составили 70 студентов НИУ «БелГУ» в возрасте 21-23 лет.

В ходе исследования использовались следующие методики:

1. Индекс жизненного стиля, LSI (Р. Плутчик);
2. Диагностика личностной креативности (Е. Туник).

Для статистической обработки результатов эмпирического исследования использовались следующие методы математической статистики:

- коэффициент корреляции r -Спирмена;
- множественный линейный регрессионный анализ.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На первом этапе исследования был проведен анализ результатов методики «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик), в ходе которого было выявлено следующее (рис. 1):

– у 33% (23 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является отрицание. Такие люди зачастую отрицают какие-либо обстоятельства, внутренние импульсы или собственные качества, вызывающие тревогу. Им свойственно игнорирование и неприятие критики, оптимизм, завышенная самооценка и невосприимчивость к негативному мнению;

– у 30% (21 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является подавление. Такой механизм предполагает вытеснение всех нежелательных импульсов личности в сферу бессознательного, что чревато проявлением невротических и психофизиологических симптомов. При доминировании данного защитного механизма люди зачастую забывают множество неприятных событий, людей и факт негативного опыта. Возможно наличие психотравмы, поэтому некоторые события заставляют дистанцироваться;

– у 70% (49 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является регрессия, это предполагает избегание личностью тревоги путем использования более простых и примитивных форм поведения;

– у 67% (46 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является компенсация, что предполагает поиск замены реального или

воображаемого недостатка. Проявляется в склонности к фантазированию и приписывании чужих ценностей, достоинств, свойств, поведенческих характеристик;

– у 23% (16 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является проекция, что предполагает неосознанное приписывание другим людям собственных чувств и мыслей;

– у 60% (42 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является замещение, что предполагает проявление подавленных эмоций в сторону менее опасных или более доступных объектов. Проявляется в склонности к разрушениям, скрываемом раздражении, противоречивости в общении, суицидальным наклонностям;

– у 30% (21 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов является интеллектуализация, что предполагает присекание переживаний с помощью логических установок и манипуляций;

– у 33% (23 чел.) опрошенных одним из ведущих защитных механизмов являются реактивные образования, что предполагает предотвращение потенциально травмирующих мыслей, чувство и поступков путем преувеличенного развития противоположных стремлений.

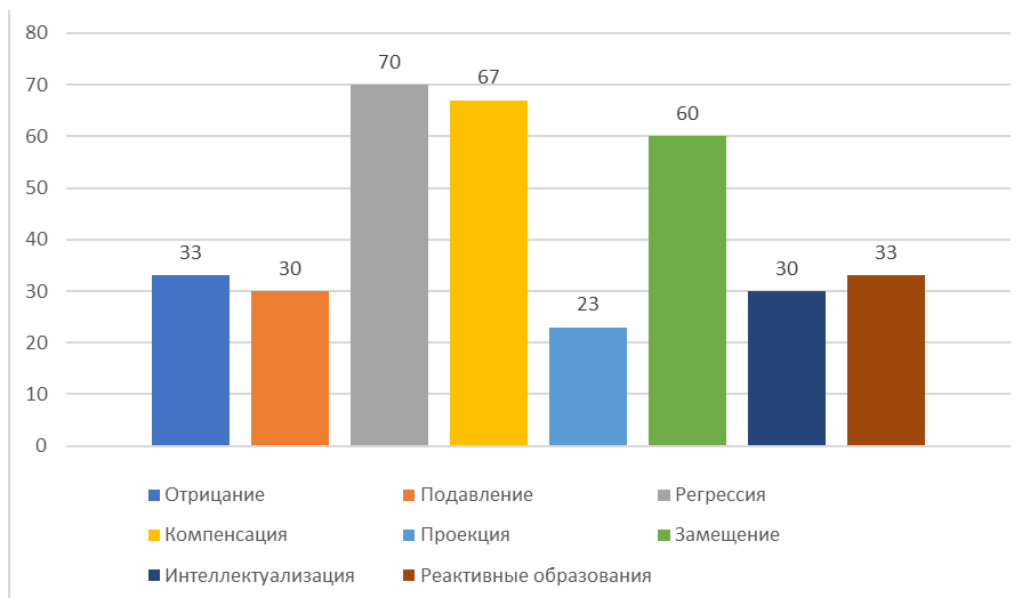


Рисунок 1. Выраженность защитных механизмов психики (%)

То есть, значительной части опрошенных свойственна выраженность деструктивных защитных механизмов психики.

Результаты диагностики личностной креативности по методике Е. Туник свидетельствуют о том, что 67% (47 чел.) опрошенных имеют средний уровень развития креативности, то есть имеется склонность к развитию творческих способностей. У 53% (37 чел.) опрошенных имеется средний уровень развития воображения. Таким субъектам свойственно придумывать идеи, рассказы, события, которых никогда не существовала. Они склонны фантазировать и мечтать, а также видят рисунки нестандартным образом. Высокие уровни развития креативности и воображения выявлены не были.

Следующим этапом исследования было проведение корреляционного анализа связи механизмов психологической защиты и компонентов личностной креативности. Результаты корреляционного анализа приведены в форме плеяды (рис. 2).

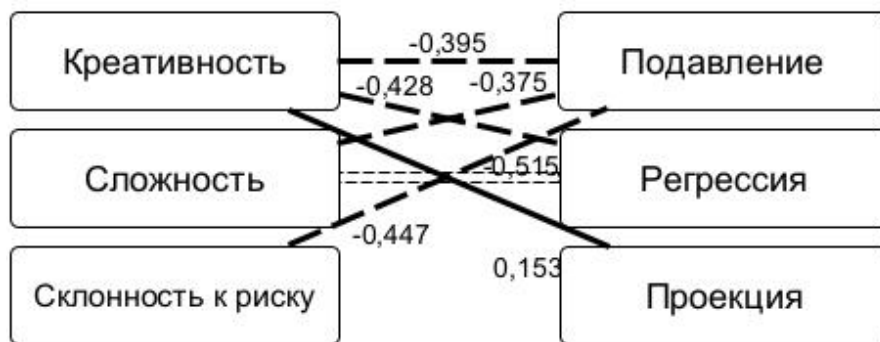


Рисунок 2. Корреляционная плеяда, отражающая связи механизмов психологической защиты и компонентов личностной креативности

Итак, путем корреляционного анализа были получены данные, свидетельствующие о том, что существует отрицательная связь между ведущим защитным механизмом «подавление» и креативностью личности ($r=-0,395$), то есть, чем более выражен защитный механизм «подавление», предполагающий под собой вытеснение неприемлемых для личности импульсов, тем ниже уровень личностной креативности. Также существует отрицательная связь между креативностью личности и ведущим защитным механизмом «регрессия» ($r=-0,428$). То есть, чем чаще личность в стрессовых ситуациях обращается к детским стереотипам поведения, тем ниже уровень личностной креативности. Иными словами, выраженность данного защитного механизма психики затрудняет развитие личностной креативности, поскольку в непривычных ситуациях высокий уровень си-

туативной тревоги не позволяет нестандартно мыслить и прибегать к новым способам поведения, вместо этого возникает необходимость детских стереотипных форм поведения, снижающих уровень тревоги и степень дискомфорта.

Помимо этого, было выявлено, что существует положительная связь между уровнем развития креативности личности и ведущим защитным механизмом «проекция» ($r=0,153$). То есть, чем чаще респондент склонен к приписыванию людям свойств, ценностей, чувств и мыслей, которых они не имеют на самом деле, тем лучше у него развита фантазия, способствующая формированию более высокого уровня личностной креативности и воображения.

Также были выявлены отрицательные связи между:

– ведущим защитным механизмом «подавление» и шкалой склонности к риску ($r=-0,447$), а также между ним и шкалой «сложность» ($r=-0,375$). Здесь мы можем предполагать, что забывание и вытеснение травмирующих и стрессовых обстоятельств не позволяет человеку прийти к осознанию того, что и почему его травмировало, что, в свою очередь, в дальнейшем заставляет его избегать всех потенциально травмирующих обстоятельств, опасаясь сложностей, ошибок и риска;

– ведущим защитным механизмом «регрессия» и шкалой «сложность» ($r=-0,515$), то есть частое использование детских стереотипных форм поведения в стрессовых ситуациях не позволяет брать на себя ответственность за сложные задачи и цели, поскольку во время их выполнения необходимо сталкиваться со стрессом и тревогой, которые при ведущем защитном механизме «регрессия» переживаются как избеганием их, так и отключением самоконтроля и проявлением детского поведения.

Следующим этапом исследования, с целью определения влияния выраженности защитных механизмов психики на компоненты личностной креативности, был проведен множественный линейный регрессионный анализ. Результаты проведенного регрессионного анализа отражены в таблице 1.

Из таблицы 1 видно, что выраженность защитных механизмов психики «подавление» ($\beta=-0,537$; $p=0,001$), «регрессия» ($\beta=-0,505$; $p=0,001$) и «отрицание» ($\beta=-0,450$; $p=0,004$) оказывают отрицательное влияние на такой показатель личностной креативности как «склонность к риску». То есть, чем менее психика респондентов склонна к вытеснению неприемлемых для личности импульсов, забыванию обстоятельств, вызвавших чувство страха, избеганию мыслей о них, возврату к детским стереотипам поведения в стрессовых ситуациях, а также к игнорированию критики и неприятия

Таблица 1

**Регрессионный анализ зависимости компонентов
личностной креативности от ведущих защитных
механизмов психики**

Показатели личностной креативности	Защитные механизмы психики	Стандартизированные коэффициенты	R-квадрат	T	Критерий автокорреляций Дарбина-Уотсона
Склонность к риску	Подавление	$\beta=-0,537$ $p=0,001$	0,544	-3,892	2,079
	Регрессия	$\beta=-0,505$ $p=0,001$		-3,572	
	Отрицание	$\beta=-0,450$ $p=0,004$		-3,123	
Сложность	Подавление	$\beta=-0,382$ $p=0,028$	0,297	-2,322	1,713
	Регрессия	$\beta=-0,368$ $p=0,034$		-2,237	
Креативность	Подавление	$\beta=-0,454$ $p=0,009$	0,330	-2,828	1,524
	Реактивные образования	$\beta=-0,339$ $p=0,045$		-2,110	

окружающих, осознанному избеганию проблем, тем более такие испытуемые способны отстаивать свои идеи, ставить перед собой сложные задачи, легче переживают неудачи и совершенные ошибки. Данные показатели объясняют 54% изменчивости переменной.

Кроме того, на показатель личностной креативности «сложность» оказывают влияние такие защитные механизмы психики, как «подавление»

($\beta=-0,382$; $p=0,028$) и «регрессия» ($\beta=-0,368$; $p=0,034$). То есть, склонность психики возвращаться к детским стереотипам поведения в стрессовых ситуациях, а также частое забывание травмирующих обстоятельств, оказывают отрицательное влияние на способность респондента ставить перед собой сложные задачи, затрудняют самостоятельное изучение чего-либо. Таким респондентам свойственно избегать незнакомых и труднодостижимых целей, им не свойственна настойчивость при выполнении сложных задач, а легкие пути решения проблем они предпочитают сложным. Данные показатели объясняют 29% изменчивости переменной.

Помимо этого, выраженность таких защитных механизмов психики, как «подавление» ($\beta=-0,454$; $p=0,009$) и «реактивные образования» ($\beta=-0,339$; $p=0,045$) оказывают негативное влияние на уровень личностной креативности. Иными словами, склонность к психике вытеснять травмирующие обстоятельства, дистанцированность от неприятных ситуаций, а также подавление различного рода желаний, демонстративное неприятие социально осуждаемых сторон жизни, сокрытие латентного влечения к сексуальной раскованности, подавление стремления к спонтанности и стремления обсуждать откровенные темы, подчеркнутое высоконравственное поведение по причине компенсации сложностей в установлении контакта с окружающими оказывают негативное влияние на развитие способности создавать принципиально новые идеи, отклоняющиеся от традиционных или принятых схем мышления. Данные показатели объясняют 33% изменчивости переменной.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование позволило нам сделать следующие выводы:

- выраженность защитного механизма «регрессия» затрудняет развитие личностной креативности, поскольку в непривычных ситуациях высокий уровень ситуативной тревоги не позволяет нестандартно мыслить и прибегать к новым способам поведения;
- склонность к приписыванию людям свойств, ценностей, чувств и мыслей, которых они не имеют на самом деле, способствует формированию более высокого уровня личностной креативности и воображения;
- выраженность защитного механизма «подавление» заставляет его избегать всех потенциально травмирующих обстоятельств, опасаясь сложностей, ошибок и риска;
- выраженность защитного механизма «регрессия» не позволяет брать на себя ответственность за сложные задачи и цели, поскольку таковые переживаются как фрустрирующие;

– отсутствие выраженности защитных механизмов «подавление», «регрессия» и «отрицание» способствуют развитию способности отстаивать свои идеи, ставить перед собой сложные задачи, легче переживать неудачи и совершенные ошибки;

– выраженность защитных механизмов «регрессия» и «подавление» затрудняют постановку сложных задач и целей, провоцируя человека переживать фрустрирующие обстоятельства методом избегания и бегства от реальности;

– склонность к забыванию, вытеснению и избеганию травмирующих ситуаций негативно сказывается на способности создавать новое, отклоняться от традиционных или принятых схем мышления, проявлять неконформизм.

Таким образом, было эмпирически подтверждено влияние деструктивных защитных механизмов психики на компоненты личностной креативности, в чем и заключалась выдвинутая в начале исследования гипотеза.

Информация о финансовой поддержке: Исследование не имело спонсорской поддержки.

Этические нормы. Все исследования проведены в соответствии с принципами биомедицинской этики, сформулированными в Хельсинкской декларации 1964 г. и ее последующих обновлениях, и одобрены локальным биоэтическим комитетом – *Самаркандский государственный университет им. Ш. Рашидова и ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет»*, Москва,

Информированное согласие. Каждый участник исследования представил добровольное письменное информированное согласие, подписанное им после разъяснения ему потенциальных рисков и преимуществ, а также характера предстоящего исследования.

Конфликт интересов. Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Грановская Р.М. Элементы практической психологии /Р.М. Грановская – СПб.: «Свет», 1997. – 247 с.
2. Груша А. В. Психологическая коррекция непродуктивного совладающего поведения сотрудников МЧС с высокой напряженностью механизмов психологической защиты / А. В. Груша, Ю. Н. Гут // Научная инициатива в психологии : МЕЖВУЗОВСКИЙ СБОРНИК НАУЧНЫХ ТРУДОВ

СТУДЕНТОВ И МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ, Курск, 01 июня 2022 года. – Курск: Курский государственный медицинский университет, 2022. – С. 35-43.

3. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита / монография. М. : Издательство Перо, 2014.

4. Кибальник А. В. Социальный эскапизм в молодежной среде / А. В. Кибальник, И. В. Федосова // Казанский педагогический журнал. – 2020. – № 2(139). – С. 222-230.

5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы /Т. Л. Крюкова// Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова.–2013.–С. 184–188.

6. Латыпова М. Н. Отличительные особенности психологических защитных механизмов и механизмов совладающего поведения человека в стрессовых ситуациях / М. Н. Латыпова // Инновационные научные исследования. – 2021. – № 12-3(14). – С. 180-188.

7. Молохина Г. А. Взаимосвязь межличностной аттракции и психологических защитных механизмов / Г. А. Молохина, А. А. Ядуллаев // Наука и мир. – 2019. – № 4-2(68). – С. 81-87.

8. Протасова И. Н. Механизмы психологических защит и толерантность / И. Н. Протасова // Universum: психология и образование. – 2016. – № 3-4(22). – С. 5-8.

9. Томм П. Я. Некоторые аспекты проявления сознательного и бессознательного в адаптации человека к современному обществу / П. Я. Томм, М. К. Аманжолова // Труды университета. – 2002. – № 3. – С. 8-10.

10. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции/З. Фрейд. – М.:Эксмо – пресс, 2018. – 480 с.

11. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности/З. Фрейд. – М.:Азбука, 2022. – 224 с.

12. Torrance E.P. Educational and creativity // Creativity: Progress and potential. – N.-Y., 1964.

REFERENCES

1. Granovskaya R.M. Elementy prakticheskoy psihologii /R.M. Granovskaya – SPb.: “Svet”, 1997. – 247 s.

2. Grusha A. V. Psihologicheskaya korrekciya neproduktivnogo sovladayushchego povedeniya sotrudnikov MCHS s vysokoj napryazhennost'yu mekhanizmov psihologicheskoy zashchity / A. V. Grusha, Yu. N. Gut // Nauchnaya iniciativa v psihologii : MEZHUVUZOVSKIY SBORNIK NAUCHNYH TRUDOV STUDENTOV I MOLODYH UCHENYH, Kursk, 01 iyunya 2022 goda. – Kursk: Kurskiy gosudarstvennyj medicinskiy universitet, 2022. – S. 35-43.

3. Dolgova V.I., Kondrat'eva O.A. Psihologicheskaya zashchita / monografiya. M. : Izdatel'stvo Pero, 2014.

4. Kibal'nik A. V. Social'nyj eskapizm v molodezhnoj srede / A. V. Kibal'nik, I. V. Fedosova // Kazanskij pedagogicheskij zhurnal. – 2020. – № 2(139). – S. 222-230.

5. Kryukova T.L. Psihologiya sovladayushchego povedeniya: sovremennoe sostoyanie i psihologicheskie, sociokul'turnye perspektivy /T. L. Kryukova// Vestnik KGU im. N. A. Nekrasova.–2013.–S. 184–188.

6. Latypova M. N. Otlichitel'nye osobennosti psihologicheskikh zashchitnyh mekhanizmov i mekhanizmov sovladayushchego povedeniya cheloveka v stressovyh situacijah / M. N. Latypova // Innovacionnye nauchnye issledovaniya. – 2021. – № 12-3(14). – S. 180-188.

7. Molohina G.A. Vzaimosvyaz' mezhlichnostnoj attrakcii i psihologicheskikh zashchitnyh mekhanizmov / G. A. Molohina, A. A. YAdullaev // Nauka i mir. – 2019. – № 4-2(68). – S. 81-87.

8. Protasova I. N. Mekhanizmy psihologicheskikh zashchit i tolerantnost' / I. N. Protasova // Universum: psihologiya i obrazovanie. – 2016. – № 3-4(22). – S. 5-8.

9. Tomm P. YA. Nekotorye aspekty proyavleniya soznatel'nogo i bessoznatel'nogo v adaptacii cheloveka k sovremennomu obshchestvu / P. YA. Tomm, M. K. Amanzholova // Trudy universiteta. – 2002. – № 3. – S. 8-10.

10. Frejd Z. Vvedenie v psihoanaliz. Lekcii/Z. Frejd. – M.:Eksmo – press, 2018. – 480 s.

11. Frejd Z. Ocherki po psihologii seksual'nosti/Z. Frejd. – M.:Azбуka, 2022. – 224 s.