

## **Тема: Психологические механизмы отклоняющегося поведения личности**

### Лекция 1.

- 1 Психодинамические аспекты отклоняющегося поведения
- 2 Отклоняющееся поведение как результат научения
- 3 Механизмы формирования отклоняющегося поведения в соответствии с когнитивными теориями

### **1 Психодинамические аспекты отклоняющегося поведения**

Представители различных психологических школ и направлений по-разному подходят к проблемам определения и причинам возникновения отклонений в поведении. Психоаналитическая традиция позволяет приблизиться к пониманию глубинных механизмов девиантного поведения – его бессознательных мотивов. Основным источником отклонений в психоанализе обычно считается постоянный конфликт между бессознательными влечениями, образующими в своей подавленной и вытесненной форме структуру «Оно», и социальными ограничениями естественной активности ребенка, образующими в интернализованной форме структуру «Я» и «сверх-Я».

В соответствии с психоаналитическими представлениями существенную роль в динамике внутренних конфликтов играют родители, выступающие главными объектами в мире ребенка. Представители более позднего направления в психоанализе – теории объектных отношений последовательно развивают идею о связи психологических проблем с неблагополучием в объектных отношениях. Так, К.Хорни, Д.Боулби, Г.Салливан видят причины отклонений в дефиците эмоционального контакта, теплого общения с матерью в первые годы жизни. Негативную роль отсутствия чувства безопасности и доверия в первые годы жизни отмечает в этиологии отклонений Э.Эриксон. Огромное значение имеет то, как ребенок переживает отношения с родителями, какие чувства значимых объектов интернализируются им, какие образы родителей продолжают существовать в его бессознательном, влияя на поведение личности на протяжении всей ее жизни.

Поздние работы З.Фрейда послужили толчком к развитию такого направления в психоанализе, как эгопсихология, рассматривающего процессы, которые сегодня объединяются общим понятием «защита». Подобно тому как мы пытаемся понять человека, исходя из конфликтной фазы развития, мы также можем классифицировать людей в соответствии с характерными для них способами справляться с тревогой.

С момента рождения и достаточно длительное время ребенок остается беспомощным и зависимым, в результате чего возникает ощущение опасности, связанное со страхом потерять объект (значимого взрослого). Этот страх, в свою очередь, порождает потребность быть любимым. Эго ребенка относительно слабо, на этой стадии потеря объекта или потеря любви могут породить тревогу» которая сохранится на более поздних стадиях. Позднее глав-

ными источниками тревоги становятся страх кастрации (на фаллической стадии) и страх перед супер-Эго (в латентном периоде и после его окончания).

Представление о том, что основной функцией Эго является защита собственного Я от тревоги, было развито Анной Фрейд в классической работе «Психология Я и защитные механизмы» (1936). Защитные механизмы работают бессознательно и становятся частью индивидуального стиля борьбы с трудностями [21].

То, какие защиты преобладают у данного человека, зависит от взаимодействия следующих факторов: 1) врожденный темперамент ребенка; 2) природа стрессов, пережитых в раннем детстве; 3) защитные стили родителей и других значимых людей; 4) опыт использования защит в жизни (подкрепления).

Наиболее важными защитными механизмами признаются следующие:

подавление (вытеснение) - процесс, посредством которого неприемлемый импульс или идея становятся бессознательными (главный скрытый механизм, лежащий в основе всех других видов защиты);

отрицание - игнорирование какого-либо требования внешнего мира, вследствие его болезненности для индивида;

проекция - процесс, посредством которого неприемлемые для индивида побуждения или представления приписываются внешнему миру;

формирование реакции - процесс обращения импульса в его противоположность (например, вытесненную ненависть к матери в чрезмерную заботу о ней);

регресс - возврат к менее зрелому уровню развития;

сублимация - направление инстинктивных импульсов в социально приемлемое русло, например в интеллектуальную сферу, творчество.

Принято деление защит на примитивные (первичные, архаичные) и более зрелые (вторичные). Среди архаичных защит выделяют: примитивную изоляцию, отрицание, всемогущий контроль, примитивную идеализацию и обесценивание, проекцию, интроекцию и проективную идентификацию, расщепление, диссоциацию [11, с. 130].

Примером примитивной изоляции могут служить ситуации, когда младенец попросту засыпает, т. е. автоматически переходит в другое состояние сознания от перевозбуждения или неудовольствия. Во взрослом возрасте стремление избегать напряжения может проявиться в склонности использовать с этой бессознательной целью химические вещества.

Другим примером будет поведение человека с зависимостью к алкоголю (наркотикам), упорно отрицающего наличие проблемы и убежденного в том, что он контролирует ситуацию. В данном случае включается такой защитный механизм, как отрицание. Эта реакция – отзвук архаического процесса, уходящего корнями в эгоцентризм, когда познанием управляет дологическая убежденность: «Если я не признаю этого, значит, это не случилось».

Проекция и интроекция, в свою очередь, могут лежать в основе таких проявлений, как: садизм, эксплозивность (взрывчатость), депрессия в случае смерти близкого человека. Аналогично в ситуациях страха люди пытаются

овладеть негативными чувствами и перенимают качества мучителя (проективная идентификация).

Таким образом, использование архаичных защит как бессознательного механизма снятия тревоги может приводить к психологическому избеганию или малопродуктивному отвержению беспокоящих факторов жизни.

Вторичные, более зрелые, защитные механизмы предположительно формируются на более поздних этапах психосексуального развития и являются относительно более продуктивными - способствующими лучшему разрешению внутренних конфликтов и лучшей адаптации к реальности. Это - вытеснение, регрессия, изоляция, интеллектуализация, рационализация, морализация, раздельное мышление, поворот против себя, смещение, реактивное образование, соматизация, аннулирование, реверсия, идентификация, отреагирование вовне, сексуализация, сублимация [11, с. 155].

В целом феномены, которые называются психологическими защитами, имеют множество полезных функций. Они могут проявляться в форме здоровой адаптации и творчества. Они также могут защищать Я от какой-либо угрозы. Личность, чье поведение демонстрирует защитный характер, бессознательно стремится выполнить одну из следующих задач: 1) избежать некоторого угрожающего мощного аффекта (например, тревоги или горя) или овладеть им; 2) сохранить самоуважение; 3) уйти от внешней опасности.

Важная роль Эго в процессе развития личности отражена в понятии «сила Эго». Сила Эго - это способность личности к восприятию реальности, даже когда она чрезвычайно неприятна (без привлечения примитивных защит, подобных отрицанию). Сила Эго проявляется, как указывает О.Кернберг, в хорошей толерантности к тревоге, в контроле импульсов и сублиматорной деятельности [5].

Проблемы личности (в том числе поведенческие) появляются тогда, когда защиты неадекватны или недостаточны для нормальной адаптации. З. Фрейд в более поздних работах рассматривал психопатологию как состояние, при котором защиты не работают, когда тревога ощущается, несмотря на привычные средства борьбы с ней, и когда поведение, маскирующее тревогу, является саморазрушительным в широком смысле.

В соответствии с психоаналитическими представлениями существенную роль в динамике внутренних конфликтов играют родители, выступающие главными объектами в мире ребенка. Представители более позднего направления в психоанализе - теории объектных отношений последовательно развивают идею о связи психологических проблем с неблагополучием в объектных отношениях. Огромное значение имеет то, как ребенок переживает отношения с родителями, какие чувства значимых объектов интернализируются им, какие образы родителей продолжают существовать в его бессознательном, влияя на поведение личности на протяжении всей ее жизни [13, с. 226].

В рамках Сэлф-психологии (психологии собственного Я) защита рассматривается как средство поддержания непротиворечивого, позитивного чувства собственного Я. Самоуважение несомненно влияет на поведение че-

ловека. Например, два человека с одинаковыми суицидальными намерениями могут различаться по субъективным переживаниям. Один ощущает себя плохим, испытывает чувство вины за свое никчемное существование. На языке теории объектных отношений он переполнен интернализированными объектами, говорящими, что он плох. Другой ощущает себя не столько аморальным, сколько внутренне пустым, дефективным, безобразным. Субъективно он лишен интернализированных внутренних объектов, которые могли бы направить его.

Внутри психоаналитического течения и подходов, вышедших из психоанализа (неофрейдизм), существует еще несколько теорий, оказавших существенное влияние на современное понимание характера и поведение человека. Они включают идеи: аналитической психологии Карла Юнга; индивидуальной психологии Альфреда Адлера; теории травмы рождения Отто Ранка; транзактного анализа Берна. Для объяснения отклонений поведения личности наиболее полезной оказалась теория Адлера.

Индивидуальная психология Альфреда Адлера помогает понять психологические причины многих форм отклоняющегося поведения. А. Адлер считал основным фактором, определяющим развитие индивидуальности, главную жизненную цель. В общем виде – это цель достижения превосходства над другими. Ее конкретное содержание может быть чрезвычайно многообразно: стремление к власти, красоте, богатству, силе, известности, образованности и т.д. Цель достижения превосходства возникает в первые годы жизни как реакция на чувство неполноценности, которое в свою очередь вызывается переживанием своей слабости. Слабость переживается как чувство неполноценности. Чувство неполноценности, по мнению Адлера, впервые возникает в 4 -5 лет. Его усиливают два основных фактора. Во-первых, это врожденные дефекты (ослабленность здоровья, физические недостатки, слишком маленький рост). Во-вторых, это неправильное воспитание ребенка в семье (сверхпотворство, недостаток любви к ребенку). Чувство неполноценности обратно пропорционально тому, как ребенок справляется с требованиями среды.

В норме направленность на цель достижения превосходства гармонично сочетается с направленностью на сотрудничество с другими людьми (на основе чувства общности), так что личные достижения человека служат улучшению общественной жизни людей в целом. Любому нормальному человеку не чужд внутренний конфликт между чувством неполноценности и порождаемым им стремлением к самоутверждению (совершенству, превосходству). Возможны два основных способа преодоления ощущения неполноценности: компенсация (уменьшение проявления нарушенных свойств за счет усиленного развития сохранных) и сверхкомпенсация недостатков (усиленная тренировка нарушенного свойства до уровня сверхфункционирования). Врожденное социальное чувство также компенсирует слабость человека. Люди используют различные пути для компенсации чувства неполноценности. Одни пытаются подавлять других или используют насилие. Другие прибегают к «легальным» способам - успеху, власти, объединению в группы.

При недостаточной или извращенной компенсации чувство неполноценности переживается особо остро и переходит в комплекс неполноценности. Это совокупность установок, представлений или поступков, выражающих в замаскированном виде чувство неполноценности. А.Адлер распространил данный механизм на широкий круг аномальных и нормальных явлений. Комплекс неполноценности одновременно является как причиной серьезных проблем, так и внутренним стимулом для личностного развития.

В случае нарушенного поведения комплекс неполноценности сочетается с неадекватной жизненной установкой и неразвитым социальным чувством. У аномальной личности доминирующей жизненной направленностью является стремление к достижению превосходства, которое настолько выражено, что практически полностью препятствует появлению и развитию чувства общности. Такой человек воспринимает людей как средство достижения личных выгод, видит в обществе враждебную силу, не хочет и не может сотрудничать с другими. Эта конфронтация проявляется в гипертрофированной реакции протеста против любых требований общества: уважать других, говорить правду, учиться и работать, признавать правоту другого, быть благодарным... Идея превосходства побуждает к действиям подчинения, принижения и дискредитации других. В итоге формируются устойчивые негативные черты личности - нетерпимость, зависть, самомнение, подозрительность, - определяющие как поведение личности, так и ее жизненный путь в целом.

Мы проанализировали психодинамические концепции, раскрывающие глубинные механизмы личностного функционирования. Данные теории прежде всего позволяют ответить на вопросы: почему люди ведут себя определенным образом. Какова мотивация их поведения и как она сформировалась.

В качестве важного фактора формирования личности А.Адлер также выделяет структуру семьи. Различное положение ребенка в структуре семьи и соответствующий стиль воспитания оказывают значительное, а часто и решающее влияние на возникновение девиантного поведения. Так, гиперопека ведет к развитию мнительности, инфантильности и комплекса неполноценности.

Таким образом, психоаналитические концепции способствуют пониманию глубинной мотивации отклоняющегося поведения, которая уходит своими корнями в ранние отношения личности с близкими людьми. Значение семьи на последующее поведение личности трудно переоценить.

## **2 Отклоняющееся поведение как результат научения**

Представители классического бихевиоризма предложили основные принципы и механизмы человеческого поведения как процесса взаимодействия личности со средой. С этой точки зрения поведение человека объясняется в терминах социальных стимулов, которые вызывают его, и подкрепляющих последствий, которые сохраняют его. Социально-когнитивная теория (А.Бандура) утверждает, что реакция человека на стимул опосредована ко-

гнитивными процессами, и придает важное значение научению через моделирование.

В соответствии с теорией социального научения основными механизмами формирования поведения являются следующие.

1. Научение через наблюдение (викарное научение) является ведущим способом. Люди научаются поведению и когнитивным навыкам преимущественно наблюдая за моделями (за другими людьми). По мнению Бандуры, викарное научение даже эффективнее, так как оно безопаснее. Наблюдатель примет демонстрируемое поведение за образец, если: оно явно приносит внешние выгоды; внутренне положительно им оценивается; приносит пользу модели, и его можно наблюдать. При этом сочетание вербального и невербального моделирования эффективнее. Например, образ отрицательного героя фильма будет заразительным, если актер (персонаж) вызывает симпатию и близок к идеалу или если с помощью негативных действий он безнаказанно добивается власти, денег, удовольствий. Научение через наблюдение необязательно требует внешней награды, так как опосредуется и «награждается» когнитивными процессами наблюдателя (например, его оценкой происходящего, его представлениями о последствиях подобного поведения). Установки и поведение, демонстрируемые социальными моделями, интернализуются наблюдателем. Особая роль принадлежит здесь средствам массовой информации. Пресса тиражирует образцы убеждений, моделирует и навязывает поведение и даже образ жизни. Широкое освещение в СМИ случаев суицида порождает волну подражательных самоубийств - так называемый «феномен Вертера», который ввел в социальную психологию Д. Филипс. Он выявил печальную тенденцию: после публикации информации о самоубийстве определенные люди, похожие на самоубийцу, убивают самих себя лишь на том основании, что начинают считать идею самоубийства вполне «законной», «нормальной» – ведь так поступают другие, такие же как и он. Р. Чалдини в этой связи отмечает, что «существует удручающая тенденция распространения отраженного в средствах массовой информации агрессивного настроения на имеющих общие черты людей, причем агрессия может быть направлена как против самого себя, так и против других».

2. Научение в действии, или научение через опыт, также распространено чрезвычайно широко. Совершая действия, люди испытывают влияние их последствий (оперантное обусловливание). Поэтому на поведение существенно влияет то, как человек воспринимает последствия. Например, если последствия реакции оцениваются высоко, это повышает вероятность совершения такого поведения, т.е. усиливает его. Таким образом, вопреки механистическому представлению, последствия определяют поведение не сами по себе, а через мысли. Для эффективного функционирования требуется, чтобы люди предвидели события и оценивали вероятные результаты различных действий. Например, дети ведут себя в присутствии снисходительного родителя более вызывающе, чем в присутствии более требовательного. Создание точных прогнозирующих суждений требует внимания, памяти и интегративных когнитивных навыков.

### 3 Механизмы формирования отклоняющегося поведения в соответствии с когнитивными теориями

К теории научения тесно примыкает когнитивное направление, также выросшее на почве бихевиоризма. Согласно когнитивной модели Аарона Бека и рационально-эмотивной теории Альберта Эллиса, в основе нарушенного поведения лежат неадаптивные мыслительные схемы. Неадекватные когниции запускают неадекватные чувства и действия. То, как люди интерпретируют стрессовые ситуации, определяет их поведение. Например, люди с тяжелой формой депрессии обнаруживают негативный стиль объяснения: они рассматривают негативные события как вызванные внутренними, устойчивыми и глобальными факторами. Результатом этого пессимистичного, свехобобщенного, самообвиняющего мышления является депрессивное чувство безнадежности. «Нормальная» печаль трансформируется во всеобъемлющее чувство тотальной потери и поражения. На уровне поведения в этом случае возникают дезадаптивные реакции ухода, отказа от активности. Другая ситуация может восприниматься чрезмерно угрожающе, что в свою очередь спровоцирует тревогу и гнев, а затем агрессию или избегание. Таким образом, неадекватность переработки информации, негативное мышление а также неудачи в структурировании жизненных ситуаций могут выступать в качестве отдельной причины поведенческих расстройств.

В настоящее время в рамках когнитивно-поведенческого подхода активно изучается поведение человека в экстремальных или стрессовых ситуациях. В связи с этим изучается копинг-поведение, которое понимается как сознательные стратегии преодоления стрессовых ситуаций (сосуществующие с бессознательными механизмами психологической защиты). Впервые термин был использован Л. Мерфи в 1962 г. в исследовании способов преодоления детьми трудностей, связанных с возрастными кризисами. Сейчас копинг рассматривается как важный процесс социальной адаптации. Приспособляемость определяется тремя компонентами: 1) способностью и умением организма адекватно реагировать на внешние воздействия; 2) мотивацией - желанием приспособиваться к условиям окружающей среды; 3) способностью поддерживать психическое равновесие. Копинг-поведение понимается как сознательные стратегии преодоления стрессовых ситуаций (сосуществующие с бессознательными механизмами психологической защиты).

Копинг является целостным механизмом, однако в исследовательских целях в его структуре выделяют когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты. В соответствии с моделью Р. Лазаруса, исследующего копинг-поведение, взаимодействие среды и личности регулируется двумя процессами: когнитивной оценкой и копингом. Выделяется два вида когнитивной оценки - первичная и вторичная. Первичная оценка определяется степенью воспринимаемой угрозы, свойствами стрессора, психологическими особенностями индивида. Ее результатом является вывод об оценке ситуации как угрожающей или как ситуации изменения. Вторичная оценка критически до-

полняет первичную и определяет, как мы можем влиять на негативные события и каковы ресурсы преодоления стресса. После когнитивной оценки ситуации индивид приступает к разработке механизмов преодоления стресса с целью адаптации. После мыслительной проработки следует собственно копинг-процесс совладания со стрессом.

Копинг может способствовать адаптации личности к конкретной ситуации, эффективности поведения, а может и не способствовать. Адаптивные варианты копинг-поведения включают такие когнитивные элементы, как проблемный анализ, установка на собственную ценность, сохранение самообладания. Данные формы поведения направлены на анализ возникших трудностей и возможных путей выхода из них, повышение самооценки и самоконтроля, более глубокое осознание собственной ценности как личности, наличие веры в собственные ресурсы в преодолении трудных ситуаций. Среди эффективных эмоциональных стратегий можно назвать такие, как протест, оптимизм - эмоциональные состояния с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям и уверенностью в наличии выхода в любой, даже самой сложной ситуации. Успешные поведенческие копинг-стратегии - сотрудничество, обращение, альтруизм. Это такие формы поведения личности, при которых она вступает в сотрудничество со значимыми (более опытными) людьми, ищет поддержки в ближайшем социальном окружении или предлагает ее близким в преодолении трудностей.

В случае отклоняющегося поведения люди чрезвычайно часто прибегают к малоадаптивным вариантам копинг-поведения. Среди малопродуктивных когнитивных стратегий - смирение, растерянность, игнорирование - пассивные формы поведения с отказом от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы и интеллектуальные ресурсы, или с недооценкой неприятностей. Среди малопродуктивных эмоциональных копинг-стратегий – подавление эмоций, покорность, самообвинение, агрессивность – варианты поведения, характеризующиеся подавленным эмоциональным состоянием, состоянием безнадежности, покорности и недопущения других чувств, переживанием злости и возложением вины на себя и других. Среди малопродуктивных поведенческих стратегий - активное избегание, отступление – поведение, предполагающее отрицание, пассивность, уединение, изоляцию, уход от решения проблем и трудностей.

Стресс - обычное для большинства людей явление. В ходе жизни формируются привычные для каждого человека копинг-стратегии. И хотя поведение каждого человека включает различные стратегии, современные данные позволяют говорить о том, что «здоровые» люди достоверно чаще прибегают к более адаптивным формам копинг-поведения и меньше используют неконструктивные формы. В то время как личности с проблемным поведением, например зависимым, склонны к малопродуктивным стратегиям, таким, как уход от проблем и трудностей, отрицание и изоляция.