

Парадокс регрессии: психологическая защита формирует негативную автобиографическую память о детстве

Научный руководитель – Нуркова Вероника Валерьевна

Кухмистерова Екатерина Александровна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия
E-mail: lepiza@mail.ru

Автобиографическая память (далее АП) - это вид памяти, обеспечивающий субъективное отражение пройденного человеком отрезка жизненного пути. Её содержание составляют значимые события, состояния и представления о себе, которыми определяется самоидентичность личности и её уникальность [2]. Собственное «Я» детерминировано воспоминаниями о событиях, которые стали личностно значимыми [5] в целом АП носит ярко выраженный эгоцентрический характер [4].

Формирование отдельных воспоминаний о себе и целостной картины жизни происходит нецеленаправленно и является следствием контакта с окружающим миром. При этом люди достаточно редко занимают рефлексивную позицию относительно своей истории жизни, и большинство трансформаций автобиографических воспоминаний происходит незаметно для человека, все дальше и дальше отдаляя образ прошлого от реально произошедших событий [3]. В следствие данных преобразований наблюдаются две различные картины прошлого: объективное и измененное. Таким образом, говоря об АП, мы имеем ввиду крайне пластичную структуру, которая имеет способность трансформироваться под натиском личности, одновременно обеспечивающей и поддерживающей её целостность, сохранение представлений о себе самом, преемственности «Я» прошлого и «Я» настоящего.

Схожие функции имеют и психологические защиты. Так, защищающаяся личность бессознательно пытается избежать или овладеть неким мощным угрожающим чувством или эмоциональными переживаниями, сохранить самоуважения, а также поддержать сильное, непротиворечивое, чувство собственного «Я» [1]. Таким образом, позитивная целостность личности достигается с одной стороны с опорой на АП, с другой - под воздействием механизмов психологических защит. Но в обоих случаях данный процесс является бессознательным.

С феноменом памяти наиболее часто связаны такие защиты, как вытеснение, диссоциация и регрессия. Регрессия, в классических психоаналитических представлениях рассматривается как механизм психологической защиты, посредством которого личность в своих поведенческих реакциях стремится избежать тревоги путем перехода на более ранние стадии развития либидо [6]. Согласно теории Келлермана - Плутчика механизм регрессии развивается в раннем детстве для сдерживания чувств неуверенности в себе и страха неудач, связанными с проявлениями инициативы. Находиться в роли слабого - самый ранний способ преодоления сложных жизненных аспектов [1]. Таким образом, можно предполагать, что инфантильные личности склонны обращаться за поиском решения проблем к периоду детства и разрешать актуальные конфликты с опорой на ранние автобиографические воспоминания и рассматривать регрессию в качестве защиты наиболее сопряженной с детством.

В связи с накопленными теоретическими сведениями, предполагается, что отдельный защитный механизм, может выступать предиктором определенных черт личности, а, также, влиять как на целостную картину прошлого, так и на феноменологию единичных автобиографических воспоминаний. На основе этого были сформулированы следующие гипотезы исследования:

1. При воспроизведении целостной личностной истории возможна активация негативных и травмирующих высоко личностно значимых событий, что сопряжено с интенсификацией действия психологической защиты и предоставляет возможность эмпирически обнаружить взаимосвязь между данными структурами личности;

2. Защитный механизм по типу регрессии оказывает специфическое влияние на макроструктуру АП, визуально трансформируя личностную картину прошлого, что возможно зафиксировать методикой «Линия жизни».

Результаты эмпирического исследования

В исследовании приняли участие 138 человек в возрасте от 20 до 86 лет. В качестве диагностического инструментария были использованы:

- опросник «Индекс жизненного стиля» (ИЖС) (русскоязычная адаптация Л. И. Васерман, О.Ф.Ерышев, Е.Б.Клубова);

- опросник Временной Перспективы Ф. Зимбардо (русскоязычная адаптация А. Сырцова, 2008 год);

- методика «Линия жизни. Моё детство» (авторский вариант В.В. Нурковой), направленная на выявление структурно-содержательных характеристик АП в период детства респондентов.

При обработке данных использовались описательная статистика, корреляционный анализ по Пирсону, Т-тест для независимых групп. Все вычисления производились в статистическом пакете SPSS 17.

На первом этапе исследования был проведен корреляционный анализ между опросником ИЖС и методикой «Линия жизни» для выявления взаимосвязей между психологическими защитами и макроструктурой АП.

На втором этапе на основе показателя регрессии были выделены три группы респондентов: «высокая» с выраженным использованием данной защиты, группа «нормы» и «низкая» группа с низкой выраженностью.

Согласно полученным результатам были обнаружены достоверные статистические различия между респондентами «высокой» и «низкой групп». Так, у представителей «высокой группы» больше количество негативных воспоминаний о детстве ($p=,009$), ниже показатель отношения количества негативных событий к позитивным ($p=,013$), выше процент негативных событий ($p=,050$), выше амплитуда эмоциональности негативных событий ($p=,023$). Такие респонденты склонны охарактеризовывать свое прошлое как более негативное ($p=,000$), параллельно снижая показатель позитивного прошлого ($p=,017$). Также у них более выражены такие стратегии совладающего поведения, как конфронтация ($p=,004$) и бегство ($p=,000$).

Данный результат можно объяснить тем, что для разрешения актуального конфликта личность мысленно возвращается к воспоминанию о детстве, которое представляет собой эффективный источник преодоления трудной жизненной ситуации. Однако, со временем такая стратегия исчерпывает данное ресурсное воспоминание, постепенно нивелируя позитивный эффект и в итоге изменяя эмоциональную валентность на противоположную. Таким образом актуальное негативное состояние в момент извлечения воспоминания способно трансформировать исходное событие. Чем чаще человек обращается к нему, тем более оно негативизируется, что подкрепляется результатами методики временной перспективы Зимбардо.

Источники и литература

- 1) Мак-Вильямс Н., Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. – М.: Класс, 2007.
- 2) Нуркова В.В. Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности. М.: Изд-во УРАО, 2000.
- 3) Нуркова В.В. Автобиографическая память в оптике культурно-исторической и деятельностной методологии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2010. Т.7, №2. С. 64–82.
- 4) Нуркова В.В., Василенко Д.А. Формирование вариативного репертуара самоопределяющих воспоминаний как средство развития самоидентичности // Вестник РГГУ. Серия «Психологические науки». 2013. № 18(119). С.11–30.
- 5) Нуркова В.В., Митина О.В., Янченко Е.В. Сгущения в субъективной картине прошлого // Психологический журнал. 2005. № 2. С. 22–32
- 6) Романова Е.С., Гребенников Л.Р. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика. Мытищи: Издательство «Талант», 1996.