**Защитные механизмы психики**

Макарова М.В.

Когда в нашей жизни возникают сложные ситуации, проблемы мы задаем себе вопросы «как быть?» и «что делать?», а потом пытаемся как-то разрешить сложившиеся трудности, а если не получается, то прибегаем к помощи других. Проблемы бывают внешними (нехватка денег, нет работы...), а есть и внутренние проблемы, с ними сложнее (признаваться в них не хочется зачастую даже самому себе, больно, неприятно).

Люди по разному реагируют на свои внутренние трудности: подавляют свои склонности, отрицая их существование, «забывают» о травмирующем их событии, ищут выход в самооправдании и снисхождении к своим «слабостям», стараются исказить реальность и занимаются самообманом. И все это искренне, таким образом люди защищают свою психику от болезненных напряжений, помогают им в этом защитные механизмы.

**Что же такое защитные механизмы?**

Впервые этот термин появился в 1894 г. в работе З. Фрейда «Защитные нейропсихозы». Механизм психологической защиты направлен на то, чтобы лишить значимости и тем самым обезвредить психологически травмирующие моменты (например, Лиса из известной басни «Лиса и виноград»).

Таким образом, можно сказать, что защитные механизмы — система регуляторных механизмов, которые служат для устранения или сведения до минимальных негативных, травмирующих личность переживаний. Эти переживания в основном сопряжены с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги или дискомфорта. Механизмы защиты направлены на сохранение стабильности самооценки личности, ее образа Я и образа мира, что может достигаться, например, такими путями как:

– устранение из сознания источников конфликтных переживаний,

– трансформация конфликтных переживаний таким образом, чтобы предупредить возникновение конфликта.

Многие психологи, психотерапевты и психоаналитики занимались изучением защитных механизмов психики их работы показывают, что человек использует эти механизмы в тех случаях, когда у него возникают инстинктивные влечения, выражение которых находится под социальным запретом (например, несдерживаемая сексуальность), защитные механизмы выступают также в роли буферов по отношению к нашему сознанию тех разочарований и угроз, которые приносит нам жизнь. Некоторые считают психологическую защиту механизмом функционирования нормальной психики, который предупреждает возникновение разного рода расстройств. Это особая форма психологической активности, реализуемая в виде отдельных приемов переработки информации в целях сохранения целостности Эго. В тех случаях, когда Эго не может справиться с тревогой и страхом, оно прибегает к механизмам своеобразного искажения восприятия человеком реальной действительности.

На сегодняшний день известно свыше 20 видов защитных механизмов, все они подразделяются на примитивные защиты и вторичные (высшего порядка) защитные механизмы.

Итак, рассмотрим некоторые виды защитных механизмов. К первой группе относятся :

1. примитивная изоляция - психологический уход в другое состояние- это автоматическая реакция, которую можно наблюдать у самых крошечных человеческих существ. Взрослый вариант того же самого явления можно наблюдать у людей, изолирующихся от социальных или межличностных ситуаций и замещающих напряжение, происходящее от взаимодействий с другими, стимуляцией, исходящей от фантазий их внутреннего мира. Склонность к использованию химических веществ, для изменения состояния сознания так же может рассматриваться как разновидность изоляции. У конституционально впечатлительных людей нередко развивается богатая внутренняя фантазийная жизнь, а внешний мир они воспринимают как проблематичный или эмоционально бедный.

Очевидный недостаток защиты изоляцией состоит в том, что она выключает человека из активного участия в решении межличностных проблем, личности постоянно укрывающиеся в собственном мире испытывают терпение тех, кто их любит, сопротивляясь общению на эмоциональном уровне.

Главное достоинство изоляции как защитной стратегии состоит в том, позволяя психологическое бегство от реальности, она почти не требует ее искажения. Человек, полагающийся на изоляцию, находит успокоение не в непонимании мира, а в удалении от него.

2. отрицание — это попытка не принимать за реальность нежелательные для себя события, еще один ранний способ справиться с неприятностями - отказ принять их существование. Примечательна способность в таких случаях «пропускать» в своих воспоминаниях неприятные пережитые события, заменяя их вымыслом. Как защитный механизм, отрицание состоит в отвлечении внимания от болезненных идей и чувств, но не делает их абсолютно недоступными для сознания.

Так, многие люди боятся серьезных заболеваний. И скорее будут отрицать наличие даже самых первых явных симптомов, чем обратятся к врачу. А по сему болезнь прогрессирует. Этот же защитный механизм срабатывает, когда кто-нибудь из семейной пары «не видит», отрицает имеющиеся проблемы в супружеской жизни. И такое поведение не редко приводит к разрыву отношений.

Человек, который прибегнул к отрицанию, просто игнорирует болезненные для него реальности и действует так, словно они не существуют. Будучи уверенным в своих достоинствах, он пытается привлечь внимание окружающих всеми способами и средствами. И при этом видит только позитивное отношение к своей персоне. Критика и неприятие просто игнорируются. Новые люди рассматриваются как потенциальные поклонники. И вообще, считает себя человеком без проблем, потому что отрицает наличие трудностей /сложностей в своей жизни. Имеет завышенную самооценку.

3. всемогущий контроль - ощущение, что ты способен влиять на мир, обладаешь силой, является, несомненно, необходимым условием самоуважения, берущего начало в инфантильных и нереалистических, однако на определенной стадии развития нормальных фантазиях всемогущества. Первым, кто вызвал интерес к «стадиям развития чувства реальности», был Ш. Ференци (1913). Он указывал, что на инфантильной стадии первичного всемогущества, или грандиозности, фантазия обладания контролем над миром нормальна. По мере взросления ребенка она на последующей стадии естественным образом трансформируется в идею вторичного «зависимого» или «производного» всемогущества, когда один из тех, кто первоначально заботится о ребенке, воспринимается как всемогущий.

По мере дальнейшего взросления, ребенок примиряется с тем неприятным фактом, что ни один человек не обладает неограниченными возможностями. Некоторый здравый остаток этого инфантильного ощущения всемогущества сохраняется во всех нас и поддерживает чувство компетентности и жизненной эффективности.

У некоторых людей потребность испытывать чувство всемогущественного контроля и интерпретировать происходящее с нами обусловленное их собственной неограниченной властью совершенно непреодолимо. Если личность организуется вокруг поиска и переживания удовольствия от ощущения, что она может эффективно проявлять и использовать собственное всемогущество, в связи с чем, все этические и практические соображения отходят на второй план, существуют основания рассматривать эту личность как психопатическую («социопатическая» и «антисоциальная » – синонимы более позднего происхождения).

«Перешагивать через других» – вот основное занятие и источник удовольствия для индивидов в личности, которых преобладает всемогущественный контроль. Их часто можно встретить там, где необходимы хитрость, любовь к возбуждению, опасность и готовность подчинить все интересы главной цели – проявить свое влияние.

4. примитивная идеализация (и обесценивание) - тезис Ференци о постепенном замещении примитивных фантазий собственного всемогущества примитивными фантазиями о всемогуществе заботящегося лица по – прежнему важен. Все мы склонны к идеализации. Мы несем в себе остатки потребности приписывать особые достоинства и власть людям, от которых эмоционально зависим. Нормальная идеализация является существенным компонентом зрелой любви. И появляющаяся в ходе развития тенденция деидеализировать или обесценивать тех, к кому мы питаем детскую привязанность, представляется нормальной и важной частью процесса сепарации – индивидуализации. У некоторых людей, однако потребность идеализировать остается более или менее неизменной еще с младенчества. Их поведение обнаруживает признаки архаических отчаянных усилий противопоставить внутреннему паническому ужасу уверенность в том, что кто – то , к кому они привязаны, всемогущ, всеведущ и бесконечно благосклонен, и психологическое слияние с этим сверхъестественным Другим обеспечивает им безопасность. Они также надеются освободиться от стыда; побочным продуктом идеализации и связанной с ней веры в совершенство является то, что собственные несовершенства переносятся особенно болезненно; слияние с идеализируемым объектом – естественное в этой ситуации лекарство.

Примитивное обесценивание – неизбежная оборотная сторона потребности в идеализации. Поскольку в человеческой жизни нет ничего совершенного, архаические пути идеализации неизбежно приводят к разочарованию. Чем сильнее идеализируется объект, тем более радикально обесценивание его ожидает; чем больше иллюзий, тем тяжелее переживания их крушения.

В повседневной жизни аналогией этому процессу служит та мера ненависти и гнева, которая может обрушиться на того, кто казался таким многообещающим и не оправдал ожиданий. Некоторые люди всю жизнь занимаются тем, что в повторных циклах идеализации и обесценивания сменяют одни интимные отношения другими. (Модификация защиты примитивной идеализации – вот законная цель любой долговременной психоаналитической терапии).

Вторая группа защитных механизмов – вторичные (высшего порядка) защиты:

1. вытеснение — наиболее универсальное средство избегания внутреннего конфликта. Это сознательное усилие человека предавать забвению фрустрирующие впечатления путем переноса внимания на другие формы активности, нефрустрационные явления и т.п. Иначе говоря, вытеснение — произвольное подавление, которое приводит к истинному забыванию соответствующих психических содержаний.

Одним из ярких примеров вытеснения можно считать анорексию — отказ от приема пищи. Это постоянно и успешно осуществляемое вытеснение необходимости покушать. Как правило «анорексивное» вытеснение является следствием страха пополнеть и, следовательно, дурно выглядеть. В клинике неврозов иногда встречается синдром нервной анорексии, которой чаще подвержены девушки возраста 14 - 18 лет. В пубертатный период ярко выражаются изменения внешности и тела. Оформляющуюся грудь и появление округлости в бедрах девушки часто воспринимают как симптом начинающейся полноты. И, как правило, начинают усиленно с этой «полнотой» бороться. Некоторые подростки не могут открыто отказываться от еды, предлагаемой им родителями. А по сему, как только прием пищи окончен, они тут же идут в туалетную комнату, где и мануально вызывают рвотный рефлекс. Это с одной стороны освобождает от грозящей пополнению пищи, с другой — приносит психологическое облегчение. Со временем наступает момент, когда рвотный рефлекс срабатывает автоматически на прием пищи. И болезнь — сформирована. Первоначальная причина болезни успешно вытеснена. Остались последствия. Заметим, что такая нервная анорексия — одно из трудно излечимых заболеваний.

2. регрессия является относительно простым защитным механизмом. Социальное и эмоциональное развитие никогда не идёт строго прямым путём; в процессе роста личности наблюдаются колебания, которые с возрастом становятся менее драматичными, но никогда полностью не проходят. Подфаза воссоединения в процессе сепарации – индивидуации, становится одной из тенденций, присущих каждому человеку. Это возвращение к знакомому способу действия после того, как был достигнут новый уровень компетенции.

Для классификации данного механизма он должен быть бессознательным. Некоторые люди используют репрессию как защиту чаще, чем другие. Например, некоторые у нас реагируют на стресс, вызываемые ростом и возрастными изменениями тем, что заболевают. Этот вариант регрессии, известный как соматизация, обычно оказывается резистентным к изменениям и трудным для терапевтического вмешательства. Широко известно, что соматизация и ипохондрия, как и другие виды регрессии, являющие собой беспомощность и детские модели поведения, могут служить краеугольным камнем в характере личности. Регрессия к оральным и анальным отношениям с целью избежания эдиповых конфликтов – весьма распространённое явление в клинике.

3. интеллектулизацией называется вариант более высокого уровня изоляции аффекта от интеллекта. Человек, использующий изоляцию обычно говорит, что не испытывает чувств, в то время как человек, использующий интеллектуализацию, разговаривает по поводу чувств, но таким образом, что у слушателя остаётся впечатление отсутствия эмоций.

Интеллектуализация сдерживает обычное переполнение эмоциями таким же образом, как изоляция сдерживает травматическую сверхстимуляцию. Когда человек может действовать рационально в ситуации, насыщенной эмоциональными значениями, это свидетельствует о значительной силе Эго, и в данном случае защита действует эффективно.

Однако, если человек оказывается неспособным оставить защитную когнитивную неэмоциональную позицию, то другие склонны интуитивно считать эмоционально неискренним. Секс, добродушное поддразнивание, проявление артистизма и другие соответствующие взрослому человеку формы игры могут быть излишне ограниченны у человека, который научился зависеть от интеллетуализации, справляясь с жизненными трудностями.

4. рационализация — это нахождение приемлемых причин и объяснений для приемлемых мыслей и действий. Рациональное объяснение как защитный механизм направлено не на разрешение противоречия как основы конфликта, а на снятие напряжения при переживании дискомфорта с помощью квазилогичных объяснений. Естественно, что эти «оправдательные» объяснения мыслей и поступков более этичны и благородны, нежели истинные мотивы. Таким образом, рационализация направлена на сохранение статуса кво жизненной ситуации и работает на сокрытие истинной мотивации. Мотивы защитного характера проявляются у людей с очень сильным Супер-Эго, которое, с одной стороны вроде бы не допускает до сознания реальные мотивы, но, с другой стороны, дает этим мотивам реализоваться, но под красивым, социально одобряемым фасадом. [2].

Самым простым примером рационализации может служить оправдательные объяснения школьника, получившего двойку. Ведь так обидно признаться всем (и самому себе в частности), что сам виноват – не выучил материал! На такой удар по самолюбию способен далеко не каждый. А критика со стороны других, значимых для тебя людей, болезненна. Вот и оправдывается школьник, придумывает «искренние» объяснения: «Это у преподавателя было плохое настроение, вот он двоек и понаставил всем ни за что», или «Я же не любимчик, как Иванов, вот он мне двойки и ставит за малейшие огрехи в ответе». Так красиво объясняет, убеждает всех, что сам верит во все это.

Люди, пользующиеся рациональной защитой стараются на основании различных точек зрения построить свою концепцию как панацею от беспокойства. Заранее обдумывают все варианты своего поведения и их последствия. А эмоциональные переживания часто маскируют усиленными попытками рационального истолкования событий.

5. морализация является близкой родственницей рационализации. Когда некто рационализирует, он бессознательно ищет приемлемые, с разумной точки зрения, оправдания для выбранного решения. Когда же он морализует, это означает: он обязан следовать в данном направлении. Рационализация перекладывает то, что человек хочет, на язык разума, морализация направляет эти желания в область оправданий или моральных обстоятельств.

Иногда морализацию можно рассматривать как более высокоразвитую версию расщепления. Склонность к морализации будет поздней стадией примитивной тенденции глобального деления на плохое и хорошее. В то время как расщепление у ребёнка естественным образом возникает прежде способности его интегрированного собственного «Я» выносит амбивалентность, решение в форме морализации через обращение к принципам, смешивает чувства, которые развивающееся собственная «Я» способно выносить. В морализации можно усмотреть действие супер-Эго, хотя обычно ригидного и наказуемого.

6. термин «смещение» относиться к перенаправлению эмоций, озабоченности чем-либо или внимания с первоначального или естественного объекта на другой, потому что его изначальная направленность по какой-либо причине тревожно скрывается.

Страсть также может быть смещена. Сексуальные фетиши, по-видимому, можно объяснить как переориентацию интереса с гениталий человека на бессознательно связанную область – ноги или даже обувь.

Сама тревога нередко оказывается смещённой. Когда человек использует смещение тревоги с какой-то одной области на весьма специфический объект, который символизирует пугающие явления (страх пауков, боязнь ножей), то он страдает фобией.

Некоторые печальные культурные тенденции – как расизм, сексизм, гетеросексизм, громкое обличение проблем общества группами, лишёнными гражданских прав и имеющими слишком мало власти, чтобы отстоять свои права, содержат в себе значительный элемент смещения. Перенос, как в клинических, так и во внеклинических проявлениях, содержит в себе смещение (чувств, направленных на объекты, важные в раннем детстве) наряду с проекцией (внутренние характеристики особенностей собственного «я»). Положительные виды смещения включают в себя перевод агрессивной энергии в созидательную активность (выполняется огромное количество домашней работы, если люди находятся в возбуждённом состоянии), а также переадресовку эротических импульсов с нереальных или запрещённых сексуальных объектов на доступного партнёра.

7. Одно время понятие сублимации находило широкое понимание среди образованной публики и представляло собой способ рассматривания различных человеческих наклонностей. Теперь сублимацию стали меньше рассматривать в психоаналитической литературе, и она пользуется всё меньшей популярностью как концепция. Изначально считалось, что сублимация хорошей защитой, благодаря которой можно находить креативные, здоровые, социально приемлемые или конструктивные решения внутренних конфликтов между примитивными стремлениями и запрещающими силами.

Сублимация была тем обозначением, которое первоначально Фрейд дал социально социально-приемлемому выражению базирующихся на биологии импульсов (к которым относятся стремления сосать, кусать, есть, драться, совокупляться, разглядывать других и демонстрировать себя, наказывать, причинять боль, защищать потомство и так далее). Согласно Фрейду, инстинктивные желания обретают силу влияния, благодаря обстоятельствам детства индивида; некоторые драйвы или конфликты приобретают особое значение и могут быть направлены на полезную созидательную деятельность.

Данная защита расценивается как здоровое средство разрешения психологических трудностей по двум причинам: во-первых, она благоприятствует конструктивному поведению, полезному для группы, во-вторых, разряжает импульс вместо того, чтобы тратить огромную эмоциональную энергию на трансформацию его во что-либо другое (например, как при реактивном формировании) или на противодействие ему противоположно направленной силе (отрицание, репрессия). Такая разрядка энергии считается положительной по своей сути.

Сублимация остаётся понятием, на которое по-прежнему ссылаются в психоаналитической литературе, если автор указывает на найденный кем-то креативный и полезный способ выражения проблемных импульсов и конфликтов. В противоположность общему неправильному пониманию того обстоятельства, что объектом психотерапии является избавление от инфантильных побуждений, психоаналитическая позиция относительно здоровья и роста подразумевает представление, инфантильная часть нашей природы продолжает существовать и во взрослом состоянии. У нас нет возможности совершенно избавиться от неё. Мы можем только сдерживать её более или менее удачно.

Цели аналитической терапии включают в себя понимание всех аспектов собственного «я» (даже самых примитивных и беспокоящих), развитие сострадания к самому себе (и к другим, так как человек нуждается в проецировании и смещении прежде не признаваемых желаний унижать) и расширение границ свободы для разрешения старых конфликтов новыми способами. Эти цели не подразумевают «очищения» собственного «я» от вызывающих отвращение аспектов или блокирование примитивных желаний. Именно это позволяет считать сублимацию вершиной развития Эго, многое объясняет в отношении психоанализа к человеческому существу и присущим ему возможностям и ограничениям, а также подразумевает значимость информации психоаналитического диагноза.

Остаётся подвести итоги, определить роль и функцию защиты. Казалось бы, у психозащиты благородные цели: снять, купировать остроту психологического переживания, эмоциональную задетость ситуацией. При этом эмоциональная задетость ситуацией всегда негативна, всегда переживается как психологический дискомфорт, тревога, страх, ужас и т.д. но за счёт чего происходит это защитное отреагирование негативных переживаний? За счёт упрощения, за счёт мнимого паллиативного разрешения ситуации. За счёт того, что человек не может предвидеть влияние своего облегченного решения проблемы на будущее, у защиты короткий диапазон: дальше ситуации, вот этой, конкретной, она ничего не «видит».

Защита имеет также отрицательное значение на уровне отдельной ситуации и потому, что личность эмоционально переживает определённое облегчение и это облегчение, снятие негатива, дискомфорта происходит при использовании конкретной защитной техники. То, что этот успех мнимый, кратковременный и облегчение иллюзорное, не осознаётся, в противном случае, понятно, и переживания облегчения не наступило бы. Но, несомненно, одно: при переживании наступления облегчения при использовании конкретной психологической защитной техники эта техника закрепляется, как навык поведения, как привычка решать аналогичные ситуации именно таким, психозащитным способом. К тому же с каждым разом минимизируется расход энергии.

Как и каждое подкрепление, психологическое новообразование (в нашем конкретном случае защитная техника), однажды выполнив свою «благородную» задачу на снятие остроты психологического переживания, не исчезает, а приобретает тенденции к самовоспроизводству и переносу на схожие ситуации и состояния, она начинает приобретать статус уже такого устойчивого образования, как психологическое свойство. Онтогинетически подобное расхождение между благими намерениями психозащиты и её высокой себестоимостью для всякого жизненного пути не только сохраняется, но и усиливается.

Использование психологической защиты есть свидетельство тревожного восприятия мира, есть выражение недоверия к нему, к себе, к другим, есть ожидание «заполучить подвох» не только от окружения, но и от собственной персоны, есть выражение того, что человек воспринимает себя как объект неведомых и грозных сил. Психозащитное проживание жизни снимает с человека его креативность, он перестаёт быть творцом собственной биографии, идя на поводу истории, общества, референтной группы, своих бессознательных влечений и запретов. Чем больше защита, тем меньше инстанция «Я».

С развитием социума развиваются и индивидуальные способы психозащитной регуляции. Развитие психических новообразований бесконечно и развитие форм психологической защиты, ибо защитные механизмы свойственны нормальным и аномальным формам поведения между здоровой и патологической регуляцией психозащитная занимает среднюю зону, серую зону.

Психическая регуляция посредством защитных механизмов, как правило, протекает на неосознаваемом уровне. Поэтому они, минуя сознание, проникают в личность, подрывают её позиции, ослабляют её творческий потенциал как субъекта жизни. Психозащитное разрешение ситуации выдаётся обманутому сознанию как действительное решение проблемы, как единственно возможный выход из сложной ситуации.

Развитие личности предполагает готовность к изменению, постоянное повышение своей психологической надёжности в различных ситуациях. Даже отрицательное эмоциональное состояние (страх, тревога, вина, стыд и т.д.) могут обладать полезной для развития личности функцией. Например, та же тревожность может быть со склонностью экспериментировать с новыми ситуациями, и тогда функция психозащитных техник более чем амбивалентна. Направленная на нейтрализацию психотравмирующего воздействия «здесь и сейчас», в пределах актуальной ситуации, психозащита может справится достаточно эффективно, она спасает от остроты переживаемого потрясения, иногда предоставляя время, отсрочку для подготовки других, более эффективных способов переживания. Однако уже само её использование свидетельствует о том, что, во-первых, палитра творческого взаимодействия личности с культурой ограниченна, а неумение жертвовать частным и сиюминутным, завороженность актуальной ситуацией – всё это приводит к свёрнутости сознания на себя, на утоление и умаление психологического дискомфорта любой ценой; во-вторых, подменяя действительное решение постоянно возникающих проблем, решение, которое может даже сопровождаться негативными эмоциональными и даже экзистенциальными переживаниями, комфортным, но паллиативным, личность лишает себя возможности развития и самоактуализации. Наконец психозащитное существование в жизни и культуре – это полная погруженность в нормы и правила, это неспособность к их изменению. Там, где кончается изменение, там начинается патологическая трансформация и разрушение личности.

«Защита». Значение этого слова говорит само за себя. Защита предполагает наличие, как минимум двух факторов. Во-первых, если ты защищаешься, значит, есть опасность нападения; во-вторых, защита, – значит приняты меры для отражения нападения. С одной стороны хорошо, когда человек готов всякого рода неожиданностям, и имеет в своём арсенале средства, которые помогут сохранить свою целостность, как внешнюю, так и внутреннюю, как физическую, так и душевную. Чувство безопасности – одна из базисных потребностей человека. Но следовало бы ознакомится с экономикой вопроса. Если на сохранение чувства безопасности уходят все душевные силы человека, то не слишком ли высока цена? Если не жить, а защищаться от жизни, то зачем она вообще нужна? Получается, что самая эффективная, «глобальная» защита – это смерть или «нерождение»?

Всё это верно лишь отчасти. При определённых обстоятельствах защитные механизмы, призванные в иных условиях способствовать скрытию переживаний, зачастую выполняют и положительные функции.

В связи с вышеизложенным, приходит понимание острой актуальной темы исследований механизмов преодоления и их связи с защитными механизмами. Преодоление и защита являются взаимодополняющими процессами: если потенциал механизмов преодоления оказывается недостаточным для психологической переработки аффекта, то аффект достигает неприемлемого уровня, и вместо механизмов преодоления начинают действовать защитные механизмы. Если исчерпан и потенциал защиты, то происходит фрагментация переживаний путём расщепления. Выбор защитных механизмов осуществляется также с учётом степени и вида перегрузок. (С.Менуос «Ключевые понятия психоанализа»,2001).

К числу нормальных механизмов преодоления следует отнести юмористическое осмысление сложной ситуации путём отстранённого созерцания определённых обстоятельств, позволяющих разглядеть в них нечто смешное, и так называемую сублимацию, подразумевающую отказ от стремления к непосредственному удовлетворению влечения и выбор не просто допустимого, а благотворно влияющего на личность способа удовлетворения. Следует отметить, что механизмом преодоления можно назвать лишь сублимацию, а не любое подавление влечений ради соблюдения условностей.

Поскольку фактически любой психологический процесс может быть использован в качестве защиты, никакой обзор и анализ защит не может быть полным. Феномен защиты имеет множество аспектов, требующих углубленного изучения и если в моноличностном плане он разработан достаточно полно, то межличностные таят в себе огромные возможности для приложения исследовательского потенциала.