

## ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ У ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

В умовах соціально-економічних змін, що відбуваються в сучасному суспільстві, важливу роль у становленні фахівця відіграє професійна освіта. Освітня система ВНЗ готує, головним чином, фахівця, який володіє певним інструментарієм для професійної роботи, а не фахівця, здатного самостійно оволодівати й творчо втілювати ефективні технології у своїй майбутній професії. У результаті виходить фахівець, здатний лише підкорятися загальноприйнятим принципам роботи й виконувати певний набір засвоєних ним методик і технологій у роботі. Це підтверджує думку про те, що у процесі навчання в студентів виникають різні труднощі, які, залишившись невирішеними, призводять до особистісних криз і виступають психологічними бар'єрами: соціальними, ціннісними, духовними, нормативними. Таким чином, нагальною стає проблема фундаментального системного дослідження теоретико-методологічних основ психологічних бар'єрів, що неможливо зробити без аналізу поглядів зарубіжних учених на природу цього явища.

*Метою статті* є узагальнення досвіду зарубіжних науковців щодо суті психологічного бар'єра, виділення підходів до природи цього явища.

Поняття “психологічний бар'єр” знайшло відображення в працях представників багатьох зарубіжних психологічних шкіл і напрямів. Особливий інтерес у межах нашого дослідження викликають психоаналітична теорія З. Фрейда і його послідовників (К. Юнга, Е. Фромма, К. Хорні, Е. Еріксона, А. Адлера та ін.), гуманістична концепція особистості К. Роджерса, теорії особистості, представлені Е. Берном і К. Левінім, когнітивний напрям у теорії особистості Дж. Келлі та ін.

Основна проблема особистості в психоаналітичній теорії З. Фрейда полягає в тому, щоб упоратися з перешкодами, різними бар'єрами, тривожністю, що зустрічаються на шляху розвитку людини. Вчений стверджував, що поведінка та всі психодинамічні процеси розгортаються в результаті взаємодії інстинктів і бар'єрів, зовнішніх і внутрішніх. Він описує людську поведінку за допомогою двох категорій – “катексис” і “антикатексис”. Перше поняття розуміється як спрямована на певні об'єкти психічна енергія інстинктів, що вимагає розрядки, а під антикатексисом – бар'єр, що робить неможливим задоволення інстинкту [8].

На думку З. Фрейда, психічне здоров'я особистості залежить від функціональної узгодженості її структурних компонентів: “Ід”, що являє собою сукупність природних бажань, інстинктів, ірраціональних прагнень; “Его”, відповідального за прийняття рішень, і намагання реалізувати бажання “Ід”; і “Супер-Его”, що містить у собі суспільні норми, правила поведінки тощо. Основною функцією “Супер-Его” є заборона бажань “Ід” [9].

Отже, у суперечність вступають енергія “Ід” й енергія “Супер-Его”. Саме енергія “Супер-Его” зумовлює виникнення психічного стану тривоги, який, у свою чергу, буде бар'єром на шляху задоволення потреб “Ід”.

На думку З. Фрейда, подолання бар'єрів можливо двома способами. Перший полягає в тому, щоб безпосередньо звернутися до ситуації, вступити у взаємодію з проблемою й тим самим зменшити її дію. У другому випадку захист від тривожності та перешкод полягає в спотворенні або запереченні самої ситуації, таким чином "Его" захищає особистість у цілому від загрози, спотворюючи суть самої загрози.

Проблеми особистісного зростання та чинників, що його ускладнюють, набувають відображення в теорії індивідуальної психології. На думку А. Адлера, психологічний бар'єр виникає з конфлікту комплексу неповноцінності та прагнення до переваги й може виявлятися в таких рисах особистості, як: нетерпимість, заздрість, агресія, які, у свою чергу, перешкоджають ефективній взаємодії людини з навколишнім середовищем [1].

Таким чином, прихильники психоаналітичного підходу джерело психологічного бар'єра вбачали в порушенні внутрішньоособистісної динаміки, а психологічні бар'єри розглядали як психічні стани (тривога, агресія, фрустрація), які, з одного боку, блокують бажання людини, а з іншого – регулюють їх, що, у свою чергу, дає людині змогу легше переносити тиск інстинктів і за допомогою регуляції своєї поведінки ставати повноцінним членом суспільства.

Якщо прихильники психоаналізу джерело психологічного бар'єра вбачали в порушенні внутрішньоособистісної динаміки, то представники біхевіоризму – у деструктивному впливі середовища.

З точки зору Б. Скіннера, фактором впливу середовища на людину є умовне підкріплення. Соціальна поведінка часто підкріплюється за принципом відносин. Дитину за те, що вона не галасує, нагороджують умовним підкріпленням – посмішкою. Чим більш вона спокійна, тим більше підкріплень одержує. При цьому, як відзначено в дослідженнях Б. Скіннера, іноді виникають розбіжності між соціальною поведінкою й умовним підкріпленням, наприклад, одна людина поводиться дружелюбно, а інша – агресивно. Ця розбіжність поведінки першої з умовним підкріпленням, отриманим від другого учасника взаємодії, може породжувати психологічні бар'єри, що виявляються в таких станах, як, наприклад, образа, страх, фрустрація тощо [14].

Згідно з концепцією транзактного аналізу, розробленою Е. Берном, людина – це жива енергетична система, напругу якої викликають бажання, а завдання людини – задовольняти ці бажання, не вступаючи в конфлікт із собою, з іншими людьми й навколишнім світом. У концепції Е. Берна напруга виступає як бар'єр, що заважає задоволенню бажань [2].

Прихильники гуманістичної психології (К. Гольдштейн, К. Левін, К. Роджерс та ін.) розглядають суперечність між тими відносинами, у які люди за збігом обставин та за наявних можливостей вступають у реальному житті та між тими, які б вони могли здійснити в ідеалі людського розвитку. Таким чином, вони стверджують, що ці суперечності усвідомлюються самою людиною як розбіжність між "Я-реальним" і "Я-ідеальним".

Засновник гештальт-психології К. Гольдштейн як джерело психологічних утруднень розглядає порушення рівноваги між індивідом і навко-

лишнім середовищем, причому труднощі людини виникають не з її бажання відкинути цю рівновагу, а з неправильності рухів, покликаних її встановлювати й підтримувати. Подібний дисбаланс виникає тоді, коли індивід і група водночас відчують різні потреби. Індивід, будучи частиною цієї групи, відчуває потребу в контакті з нею, але коли одночасно із цією потребою він відчуває якусь особисту потребу, задоволення якої вимагає виходу з групи або відхилення від групових норм, виникають труднощі [12].

Якщо людина тривалий час не може вирішити суперечність між своїми потребами й потребами оточення, вона тривалий час перебуває в стані тривоги й занепокоєння, що, у свою чергу, знижує якість її взаємодії із середовищем [6, с. 41–48].

У теорії особистості К. Левіна психологічний бар'єр розглядається як певний соціальний фактор, що обмежує зону вільного руху дитини, соціальним фактором може виступати реальна влада дорослого, загроза покарання [3].

Трохи інакше трактують психологічний бар'єр прихильники когнітивної психології. Дж. Келлі відводить важливу роль інтелектуальним і розумовим процесам у розвитку особистості. На думку автора, усвідомлені емоційні стани (тривога, провина, загроза й ворожість) виступають як психологічні бар'єри та перешкоджають ефективному розвитку й функціонуванню особистості [12].

Згідно з когнітивною моделлю А. Бека, в основі психологічних бар'єрів лежить схильність людини до неадекватної інтерпретації певної ситуації. Можна припустити, що в цьому випадку йдеться про індивідуально-особистісні особливості людини. На думку прихильників цієї теорії, неадаптивні розумові схеми, тобто неадекватні когніції запускають неадекватні відчуття й дії, які не відповідають реальній ситуації. Досліджуючи депресію як психологічний бар'єр, А. Бек вважає, що смуток під впливом неадекватних когніцій трансформується в глибоке відчуття безвихідності. Інша ситуація може сприйматися як надмірно загрозлива, що, у свою чергу, може спровокувати гнів, тривогу, уникання тощо.

Виходячи із цього, можна стверджувати, що прихильники когнітивної психології трактують психологічні бар'єри не просто як емоційні стани, а як усвідомлення власної невідповідності та безпорадності, що породжені неадекватними когніціями.

Головна ідея теорії Л. Фестингера полягає в тому, що наявність у свідомості двох суперечливих психологічних знань (установок, думок) породжує когнітивний дисонанс. За умови, що цей дисонанс не буде усунений, у людини може настати зниження активності.

В екзистенціальній психології Е. Фромма людина вимушена долати екзистенціальні суперечності, прагнучи до гармонії із собою та природою. Це конфлікт між прагненням до реалізації всіх можливостей і недостатньою для цього тривалістю життя та суперечність між відчуттям самотності й зв'язку з іншими людьми. У цьому підході стверджується, що якщо людина не може усунути ці об'єктивні суперечності, вона може по-різному на них відреагувати: відмовою від власного "Я", від тягаря свободи й авто-

номності, найгіршим виявом цього є конформізм, при якому людина повністю засвоює тип особистості, що їй пропонується соціальним шаблоном, втрачаючи при цьому власну індивідуальність. Прагнення до трансценденції відповідає потребі людини піднятися над своєю живою природою, не залишатися утворенням, а стати творцем. Якщо на шляху творчих прагнень виникають нездоланні перешкоди, людина стає руйнівником. Якщо суспільство висуває до людей вимоги, що суперечать їхній природі, то воно деформує та фруструє людей [10]. У такому випадку чинником, що блокує активність людини, є невирішена суперечність між прагненням людини до творчої самореалізації й нормативами, встановленими середовищем, що, у свою чергу, породжує фрустрацію у вигляді стану, що знижує активність людини.

Найбільший інтерес викликають ідеї прихильників гуманістичної психології, а саме концепція К. Роджерса. У теоріях гуманістичної психології життя – це процес розгортання прагнення до актуалізації своїх можливостей і здібностей, генетично закладених у людині. К. Роджерс вводить поняття “конгруентність” і “неконгруентність” особистості. Конгруентність визначається як ступінь відповідності між тим, що було повідомлено, випробувано та є наявним у досвіді індивіда. Високий ступінь конгруентності означає, що повідомлене, досвід і усвідомлене є приблизно однаковими [13].

Неконгруентність наявна, коли є відмінності між усвідомленим, досвідом і повідомленим, яка може відчуватися як напруга, тривожність, внутрішнє замішання і, таким чином, виступати як психологічний бар’єр особистості.

Крім психологічних бар’єрів, які визначаються індивідуальним досвідом людини, К. Роджерс виділяє бар’єри спілкування. Він вважає, що взаємодія з іншими дає індивідууму можливість безпосередньо знайти, відкрити, пережити або зустріти себе істинного. “Я вважаю, ... що основний бар’єр, що заважає спілкуванню між людьми, це наша природна тенденція судити, оцінювати, схвалювати або не схвалювати твердження іншої людини або іншої групи” [13].

З точки зору К. Роджерса, джерело внутрішньої конфліктності лежить у прагненні особистості до позитивної оцінки як з боку оточення, так і власної. Поступова заміна своїх цінностей чужими є основою механізму виникнення конфлікту. Коріння цього явища слід шукати в суспільстві, яке вимагає від людини неодмінного підпорядкування загальноприйнятим нормам і правилам за рахунок розвитку своєї індивідуальності. Головною причиною виникнення цієї суперечності є, на думку автора, внутрішня логіка руху діяльності. Нерідко колишні мотиви, колишні уявлення про свої можливості перестають відповідати можливостям, що змінилися, таким чином, подальший розвиток багато в чому визначається здатністю особистості до усвідомлення змін, що відбуваються.

Заслужують на увагу дослідження американських психологів А. Холла і П. Хілла, які вивчали труднощі пізнавальних процесів особистості. Так, характеризуючи перешкоди в творчому та критичному мислен-



ні, автори до психологічних бар'єрів відносять: конформізм, цензуру, ригідність, бажання знайти відповідь негайно [11].

А. Холл виділяє такі психологічні бар'єри: перцептуальні перешкоди, що можуть виявлятися в тому, що людина сприймає те, чого немає, або не сприймає того, що є. Перше може бути пов'язано зі схильністю до ілюзій, а також з властивістю людини краще "бачити" певні структури й не помічати інші. Друге може бути наслідком дефектів органів відчуття або особливістю людини не завжди звертати увагу на те, що вона сприймає; інтелектуальні перешкоди (швидка й дуже енергійна критика власних ідей, надмірне звуження завдань або недостатнє їх обмеження); емоційні перешкоди (страх висловлюватися першим, щоб не бути піднятим на сміх колегами і начальниками, недостатня впевненість у собі).

Крім внутрішніх перешкод, що існують у самій людині, А. Холл виділяє також перешкоди творчості з боку зовнішнього середовища (фізичного й соціального). Перше характеризується впливом клімату, кількістю і якістю їжі, комфорту та дискомфорту тощо. Друге – соціальними умовами й ситуаціями, характерними для певного суспільного та державного ладу.

П. Хілл до психологічних бар'єрів відносить перешкоди як психічного, так і організаційного порядку, зазначаючи, що вони можуть перетинатися. До особистісних перешкод він зараховує: відсутність гнучкості; силу звички (використання колишнього напряму думок, а також колишніх методів і прийомів під час вирішення нових проблем); вузькопрактичний підхід (передчасна концентрація на деталях губить будь-яку можливість творчості); надмірну спеціалізацію (вона може настільки обмежувати кругозір, що пізнання людини, її розуміння реального світу будуть неглибокими й перешкоджатимуть тим самим пошуку ідей, що лежать на стику різних дисциплін); вплив авторитетів (творчі ідеї не потребують підтримки авторитетів, оскільки вони є оригінальними й можуть виникати лише в результаті самовираження); страх критики.

До організаційних перешкод П. Хілл відносить: прагнення до негайного використання ідей; звичну недовіру до оригінального рішення; прагнення керівництва вказувати творчо мислячим людям, що і як робити; ієрархічну організаційну структуру; небажання керівництва покладати відповідальність на підлеглих; відсутність довгострокових цілей; розбіжності всередині керівництва щодо основних цілей; невдачу експерименту; часту зміну основних рішень; відсутність ефективної системи контактів між підлеглими й керівниками; горизонтальний, а не вертикальний потік нових ідей; невміння керівництва виявляти та заохочувати творчі здібності; негативне ставлення керівництва до нових ідей; небажання керівництва ризикувати; неправильне використання або неправильний розподіл матеріальних благ; задоволеність існуючим становищем; прагнення дотримуватися заведеного порядку або слідувати сталій практиці; відмова в прийомі на роботу людям, які творчо мислять.

Видатний представник гуманістичної теорії особистості А. Маслоу [4] вважав, що кожна людина народжується з певним набором якостей,

здатностей, які становлять сутність її “Я”, які людині необхідно усвідомити й виявити у власній життєдіяльності. Тому саме усвідомлені прагнення й мотиви, а не несвідомі інстинкти становлять сутність людської особистості, відрізняють людину від тварини. Однак це прагнення до самоактуалізації, на думку А. Маслоу [5], стикається з різними труднощами й перешкодами, нерозумінням оточення, власною невпевненістю. Якщо людина відступає перед труднощами, відмовляючись від бажання виявити себе, самоактуалізуватися, то така відмова певним чином позначається на особистості, зупиняючи її зростання, призводячи до неврозів.

Згідно з теорією А. Маслоу, суспільство, з одного боку, необхідно людині, тому що самоактуалізується людина тільки серед інших людей. Водночас суспільство за своєю сутністю не може не перешкоджати прагненню людини до самоактуалізації, тому що будь-яке суспільство прагне зробити людину шаблонним представником свого середовища, відчужуючи особистість від її сутності, від її індивідуальності. Відчуження, зберігаючи індивідуальність особистості, ставить її в опозицію до навколишнього, а також позбавляє її можливості самоактуалізуватися, тому в своєму розвитку людині необхідно зберегти рівновагу між цими двома механізмами. Оптимальною, за словами А. Маслоу, є ідентифікація в зовнішньому плані, у спілкуванні людини з навколишнім світом, у відчуженні у внутрішньому плані, у плані її особистісного розвитку, у розвитку самосвідомості. Саме такий підхід дасть можливість людині ефективно спілкуватися з навколишніми й водночас залишатися собою, таким способом долаючи перешкоди, бар'єри. “Самоактуалізація – це не відсутність проблем, а рух від нереальних проблем до проблем реальних” [4]. Самоактуалізація становить для нас інтерес як стратегія подолання психологічних бар'єрів, коли доводиться вибирати між “зростанням” і “безпекою”, між “прогресом” і “регресом”, доводиться переживати почуття задоволення, “милування собою” від подолання труднощів.

Цікавою є думка В. Штерна [7], який вважає, що психічний розвиток особистості визначається тим середовищем, у якому живе людина. Середовище допомагає людині усвідомити себе, організує її внутрішній світ, надаючи йому чіткої, оформленої й усвідомленої структури. При цьому людина намагається вибрати із середовища все те, що відповідає її потенційним внутрішнім нахилам, ставлячи бар'єр на шляху тих впливів, що суперечать їм. Конфлікт між зовнішніми (тиском середовища) і внутрішніми нахилами має, на думку В. Штерна, і позитивне значення для розвитку, тому що саме негативні емоції, які викликає ця невідповідність у людей, є стимулом для розвитку самосвідомості. В. Штерн довів, що емоції, викликані бар'єром, пов'язані з оцінкою навколишнього, допомагають процесу соціалізації людей і розвитку в них рефлексії.

**Висновки.** Проведений науковий аналіз літератури дає підстави стверджувати, що в зарубіжних дослідженнях проблема психологічних бар'єрів розглядається в межах психоаналітичних теорій розвитку особистості, когнітивної та гуманістичної психології. При цьому акцент у цих те-

оріях робиться головним чином на тому, що психологічні бар'єри породжуються глибинними й нерідко природженими особистісними утвореннями (інстинкти, несвідоме прагнення до переваги, рівноваги та соціального схвалення); по-друге, вони мають свої змістовні й динамічні характеристики; по-третє, існують різні способи подолання психологічних бар'єрів: заперечення важкої ситуації, "вибіркова увага" до подразників, співробітництво, боротьба або ізоляція від людей, активна взаємодія з проблемою, самоактуалізація, формування життєвих цілей, які можна поділити на два типи подолання психологічних бар'єрів: пристосування й перетворення. До першого типу належить психологічний захист, різні аспекти якого висвітлено в працях А. Адлера, Е. Еріксона, З. Фрейда, Е. Фромма, К. Хорні. Головною метою захисту вважається досягнення цілісності внутрішнього світу, усунення тривоги й напруженості. Другий тип – перетворення, що відбувається при виборі стратегії самоактуалізації, представлений у працях А. Маслоу, К. Роджерса.

### Література

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. – М. : Академия, 1993. – 230 с.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э. Берн. – М. : Прогресс, 1988. – 400 с.
3. Левин К. Типы конфликтов / К. Левин // Психология личности / [под ред. Ю.Б. Гиппенрейнер, А.А. Пузыря]. – М., 1982. – 577 с.
4. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы : пер. с англ. / А. Маслоу. – М. : Смысл, 1999. – 425 с.
5. Маслоу А. Психология бытия / А. Маслоу. – М., 1997. – 304 с.
6. Осницкий А.К. Вопросы исследования субъективной активности / А.К. Осницкий // Вопросы психологии. – 1996. – № 1. – С. 41–48.
7. Теория личности в западно-европейской и американской психологии : хрестоматия по психологии личности. – Самара : Бахрах, 1996. – 480 с.
8. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции / З. Фрейд. – М. : Наука, 1989. – 456 с.
9. Фрейд З. Психоаналитические этюды / З. Фрейд ; [сост. Д.И. Донской]. – Мн. : Попурри, 1997. – 660 с.
10. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М. : Республика, 1994. – 447 с.
11. Холл А.Д. Опыт методологии для системотехники / А.Д. Холл // Советское образование. – 1975. – № 4.
12. Kelly G.A. The psychology of personal construct / A.G. Kelly. – N. Y. : Norton, 1955. – Vol. 1.
13. Rogers C.R. Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory / C.R. Rogers. – Boston : Houghton Mifflin, 1951.
14. Rogers C.R. Some issues concerning the control of human behavior / C.R. Rogers (Symposium with B. F. Skinner.) // Science. – 1956.