

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

**Взаимосвязь сублимации с особенностями рефлексии на примере
изобразительного искусства**

Научный руководитель – Кузнецова Елена Сергеевна

Арустамова Екатерина Артёмовна

Абитуриент

Московский педагогический государственный университет, Москва, Россия

E-mail: arustamova_k@bk.ru

Аннотация: статья посвящена изучению сублимации у художников, а также противоречию между квазирефлексией и направлением своих эмоций в творчество, неся различный характер рефлексии: и саногенный, и патогенный.

Ключевые слова: сублимация, рефлексия, квазирефлексия, характер рефлексии.

Abstract: the article is devoted to the study of sublimation in artists, as well as the contradictions between quasi-reflection and the direction of their emotions in creativity, bearing a different nature of reflection: both sanogenic and pathogenic.

Key-words: sublimation, reflection, quasi-reflection, the nature of reflection.

Что вообще из себя представляют художники? Давайте разберёмся с этим понятием. Художник-это человек, создающий изобразительное искусство. Качество рисунков художников зависит от их мировоззрения и качества жизни, но мы не можем вернуться в эпоху Возрождения и узнать, чем питался и как спал Микеланджело, поэтому нам стало интересно, какими механизмами психологической защиты художники обладают, и каково качество их рефлексии в современном мире.

Мы предполагаем, что связь между сублимацией и рефлексией существует. Характер этой связи определяется качеством рефлексии, которая может быть, как саногенной (конструктивной, направленной на решение возникшей проблемы в отношениях с помощью адекватных ситуации средств), так и патогенной (неадекватной ситуации, приводящей к негативным переживаниям страха неудачи, обиды, вины, стыда и зависти). И чем более выражены показатели защитной (патогенной) рефлексии у художника, тем более она выражена как квазирефлексия. Таким образом, проблема исследования заключается в противоречии между тем, что художник в процессе сублимации стремится к квазирефлексии (уходу от травмирующих его ситуаций), с одной стороны, а, с другой, направляет эти импульсы в творчество. **Цель исследования** - выявить, каков характер рефлексии у художников. **Задачи исследования:** 1. На основе теоретического анализа отечественной литературы определить основные понятия сублимации и рефлексии. 2. Определить содержание базовых понятий «рефлексия», «сублимация», «саногенная рефлексия», «патогенная рефлексия». 3. Подобрать методики на изучение защитной рефлексии и механизмов психологической защиты. 4. Исследовать и проанализировать особенности показателей переживания стыда, страха неудачи и механизмов психологической защиты. 5. Определить наличие взаимосвязей между сублимацией и рефлексией. 6. Проанализировать полученные результаты и сделать выводы. **Объектом исследования** является сублимация и рефлексия художников, а его **предметом** - особенности взаимосвязи качества рефлексии и сублимации у художников. **Основная гипотеза исследования:** сублимация у художников несёт и патогенный характер рефлексии, и саногенный, потому что в процессе сублимации человек может вытеснять свои желания в пласт бессознательного, но при этом использовать её с целью самореализации.

Сублимация - психологическая защита посредством десексуализации первоначальных импульсов и преобразования их в социально приемлемые формы активности. Агрессивность может сублимироваться в спорте, эротизм - в дружбе, эксгибиционизм - в привычке носить яркую, броскую одежду. Однако далеко не всегда действие механизмов психологической защиты оказывается эффективным. Если тревога не снижается (поскольку защитные механизмы направлены не на активное преобразование и переработку конфликтов, а лишь их вытеснение в бессознательное), то может развиваться невротическое состояние [1]. Кстати, некоторые художники намеренно отказываются от удовлетворения либидо, чтобы достичь желаемых результатов в творчестве, самореализоваться. Рефлексия-это мышление; направленное на решение внутренних проблем субъекта; умственные акты различного уровня организации, возникающие в ответ на неопределённость ситуации и выбора решения [2]. По Ю. М. Орлову различают два типа рефлексии: патогенную и саногенную. Под патогенной рефлексией следует понимать умственные автоматизмы, направленные на снижение страдания от негативных эмоций, дающие ограниченный временной эффект. Характерными признаками патогенной рефлексии является направленность на собственные переживания и состояния, проявляющиеся как самокопание, не имеющее отношение к актуальной жизненной ситуации [2]. Саногенная рефлексия направлена на осознание психических защит и регуляцию эмоциональных состояний индивида. Основным методом развития саногенной рефлексии является аутопсихоанализ переживаний, который осуществляется в процессе специальных занятий, направленных на самопознание эмоций. Привычка применять рефлексию, направленную на создание эмоционального благополучия, формирует саногенное мышление. Таким образом, саногенное мышление направлено на снижение страдания от негативных эмоций, в результате чего обеспечивается осознанный выбор конструктивных программ поведения [2].

Исследование проводилось в октябре-ноябре 2019 года на базе добровольцев-художников Сергиева Посада и дворца творчества детей и молодежи «Истоки». В исследовании приняли участие девушки в возрасте 16-24 лет в количестве 10 человек, и все они имели профессиональное образование в сфере изобразительного искусства.

В исследовании были использованы следующие методики:

1. Когнитивно-эмотивный тест (Ю.М. Орлов, С.Н. Морозюк) [3]. Мы выбрали для исследований переживание страха неудачи и чувства стыда, поскольку предполагаем, что именно эти процессы ярко выражены у художников.

2. Опросник Плутчика Келлермана Конте [4]. Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI). Тест для диагностики механизмов психологической защиты.

Ниже представлены результаты.

Таблица 1. Корреляция показателей защитной рефлексии и механизмов психологической защиты в группе респондентов (по r - Спирмену) (n=12)

Из таблицы 1 видно, и в ходе исследования мы выяснили, что:

- с возрастанием у респондентов переживания чувства стыда повышается и гиперкомпенсация (преодоление своего дефекта в трудной сфере). Другими словами, при нарастании чувства стыда художник усиленно сублимирует, что в будущем может вылиться в ассоциирование искусства с собственным состоянием неудовлетворённости, то есть с чем-то негативным. Но с другой стороны, гиперкомпенсация помогает реализовать себя.

- чем больше вытеснение(механизм защиты, посредством которого неприемлемые для личности импульсы: желания, мысли, чувства, вызывающие тревогу, - становятся бессознательными [4]) и компенсация(этот механизм проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта нестерпимого чувства другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств,

достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности [4]), тем меньше чувство стыда. С одной стороны, это является положительным аспектом, поскольку тревожность снижается, но с другой стороны, вытеснение в бессознательное может привести к обратному эффекту-повышению тревожности и нарастанию невротического состояния.

- в ходе корреляции показателей защитной рефлексии и механизмов психологической защиты, мы получили наиболее выраженные положительные показатели на фоне страха неудачи, как замещение(действие этого защитного механизма проявляется в разрядке подавленных эмоций которые направляются на объекты, представляющие меньшую опасность или более доступные, чем те, что вызвали отрицательные эмоции и чувства [4]) и проекция(в основе данного защитного механизма лежит процесс, посредством которого неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли локализуются вовне, приписывается другим людям и таким образом становятся как бы вторичными [4]) на фоне страха неудачи(то есть сублимация и перенос на других своих страхов, осуждение). Мало того, что художники замещают, так они ещё и ждут ответной реакции, и поэтому, боясь сделать лишний шаг и ошибиться, они сублимируют и ждут от других действий, нежели сами действуют напрямую.

Итак, мы выявили наличие взаимосвязи между рефлексией и сублимацией. Рефлексия у художников имеет как патогенный характер, поскольку они вытесняют свои первоначальные желания в пласт бессознательного, то есть стремятся к квазирефлексии, потому что защитные механизмы направлены не на активное преобразование и переработку конфликтов, что может привести к развитию невротического состояния, так и саногенный характер в силу того, что с помощью сублимации, которая придаёт им сил и вдохновения, художники могут самореализоваться в искусстве.

Источники и литература

- 1) Морозюк, С.Н., Кузнецова, Е.С. Взаимосвязь рефлексии и защитной рефлексии матери, воспитывающей ребёнка-дошкольника // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования: журнал по психологическим наукам. – 2019. – Том 8. – № 2А. – С. 147-152.
- 2) Орлов, Ю.М., Морозюк, С.Н. Когнитивно-эмотивный тест. – М., 1999.
- 3) <https://studfile.net/preview/3283322/>
- 4) <https://psycabi.net/testy/310-oprosnik-plutchika-kellermana-konte-metodika-indeks-zhiznennogo-stilya-life-style-index-lsi-test-dlya-diagnostiki-mekhanizmov-psikhologicheskogo-j-zashchity>