PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARINING PSIXOANALITIK KONSEPSIYADAN ZAMONAVIY EMPIRIK YONDASHUVLARGACHA RIVOJLANISHI

Qobilova Nasiba Ismatjon qizi,
Jizzax davlat pedagogika universiteti stajyor o‘qituvchisi
asliyatim@mail.ru

Maqolada psixologik himoya mexanizmlari konsepsiyasining psixoanalitik nazariyadan zamonaviy empirik va psixometrik yondashuvlargacha rivojlanishi tahlil qilinadi. Z. Freyd, A. Freyd va O. Fenixelning birlamchi nazariy qarashlari G. Vaillant, M. Bond, G. Andrews, P. Cramer, R. Plutchik, H. Kellerman, H.R.Conte va J.C. Perry tadqiqotlari bilan qiyoslanadi. Himoya mexanizmlarining ongsizligi, adaptivlik darajasi, rivojlanish dinamikasi, diagnostik o‘lchovi va himoya uslublari masalalari yoritiladi.

Kalit so‘zlar: *psixologik himoya, Ego, repressiya, ongsizlik, himoya mexanizmlari, himoya uslubi, adaptivlik, nevrotik konflikt, LSI, DSQ, DMRS.*

РАЗВИТИЕ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ОТ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИХ КОНЦЕПЦИЙ К СОВРЕМЕННЫМ ЭМПИРИЧЕСКИМ ПОДХОДАМ

В статье анализируется развитие концепции механизмов психологической защиты от психоаналитической теории до современных эмпирических и психометрических подходов. Сопоставляются положения З. Фрейда, А. Фрейда и О. Фенихеля с исследованиями Дж. Вайланта, М. Бонда, Г. Эндрюса, Ф. Крамера, Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х. Конте и Дж. Перри. Рассматриваются бессознательный характер защиты, их адаптивность, развитие и методы диагностики.

Ключевые слова: *психологическая защита, Эго, вытеснение, бессознательное, защитные механизмы, защитный стиль, адаптация, невротический конфликт, DSQ, DMRS.*

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS FROM PSYCHOANALYTIC CONCEPTS TO MODERN EMPIRICAL APPROACHES

The article analyzes the development of the concept of psychological defense mechanisms from psychoanalytic theory to contemporary empirical and psychometric approaches. The views of S. Freud, A. Freud and O. Fenichel are compared with the work of G. Vaillant, M. Bond, G. Andrews, P. Cramer, R. Plutchik, H. Kellerman, H.R. Conte and J.C. Perry. The unconscious nature, adaptive hierarchy, developmental dynamics and assessment of defenses are discussed.

Keywords: *psychological defense, Ego, repression, unconscious, defense mechanisms, defensive style, adaptation, neurotic conflict, DSQ, DMRS.*

Kirish. Psixologik himoya mexanizmlari shaxsning ichki ziddiyatlar, qabul qilinishi qiyin bo‘lgan kechinmalar va xavotir bilan munosabatini tushuntiruvchi muhim psixologik konstruktlardan biridir. Mazkur tushunchaning ilmiy ildizlari psixoanalizga borib taqalsa-da, keyingi tadqiqotlarda himoya mexanizmlari klinik kuzatuv doirasidan chiqib, shaxs psixologiyasi, rivojlanish psixologiyasi va psixometrik diagnostikaning empirik predmetiga aylangan.

Maqolaning maqsadi – psixologik himoya konsepsiyasining Z. Freyddan boshlangan nazariy asoslarini, A. Freyd va O. Fenixel tomonidan tizimlashtirilishini hamda Vaillant, Bond, Andrews, Cramer, Plutchik–Kellerman–Conte va Perry ishlarida empirik va diagnostik jihatdan rivojlantirilishini qiyosiy tahlil qilishdir.

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Psixologik himoya mexanizmlari muammosining ilmiy adabiyotlarda yoritilishi mazkur tushunchaning dastlab psixoanalitik nazariya doirasida shakllanib, keyinchalik shaxs psixologiyasi, klinik psixologiya, rivojlanish psixologiyasi hamda psixometrik diagnostika yo‘nalishlarida rivojlanganini ko‘rsatadi. Muammoning nazariy manbalari Z. Freydning psixik apparat, ongsizlik, repressiya hamda Ego va Id o‘rtasidagi munosabatlarga oid qarashlari bilan bog‘liq. Z. Freydning The Ego and the Id asarida Ego psixik jarayonlarni tashqi voqelik talablariga muvofiqlashtiruvchi tuzilma sifatida talqin qilinib, repressiya shaxs uchun nomaqbul psixik mazmunlarning ongdan chetlashtirilishi bilan

bog‘langan. Mazkur nazariy qarashlar psixologik himoya mexanizmlarini keyinchalik alohida ilmiy muammo sifatida tadqiq etish uchun metodologik asos yaratgan.

Psixologik himoya mexanizmlarining tizimli nazariyasi A. Freydning The Ego and the Mechanisms of Defence asarida yanada rivojlantirilgan. A. Freyd tadqiqotlarida asosiy e’tibor Ego tomonidan ichki instinktiv talablar, affektiv kechinmalar hamda tashqi voqelik bilan bog‘liq ziddiyatlarni boshqarishda qo‘llaniladigan himoya usullariga qaratilgan. Muallif repressiya bilan bir qatorda regressiya, reaktiv shakllanish, izolyatsiya, bekor qilish, proeksiya, introeksiya, o‘ziga qarshi burish va sublimatsiya singari mexanizmlarni tahlil qilib, psixologik himoya tushunchasining mazmunini kengaytirgan. Shu jihatdan A. Freydning ishlari himoya mexanizmlarini alohida psixik reaksiyalar emas, balki Ego faoliyatining o‘zaro bog‘langan shakllari sifatida tushunishga xizmat qilgan.

O. Fenixel psixoanalitik himoya nazariyasini nevrotik konflikt, xavotir va shaxsning psixodinamik faoliyati bilan bog‘liq holda rivojlantirgan. Uning The Psychoanalytic Theory of Neurosis asarida himoyaning yuzaga kelish motivlari va himoya mexanizmlarining o‘zi alohida tahlil qilingan. Xususan, asarning 129–140-betlarida himoya motivlari, 141–167-betlarida esa himoya mexanizmlariga oid masalalar yoritilgan. Fenixel yondashuvining ahamiyati himoya mexanizmlarini faqat alohida Ego reaksiyasi sifatida emas, balki xavotir, ichki konflikt va nevrotik jarayonlar bilan o‘zaro aloqador psixodinamik tizim sifatida talqin qilganida namoyon bo‘ladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Maqola nazariy-tahliliy tadqiqot sifatida bajarildi. Birlamchi nazariy manbalar sifatida Z. Freydning “The Ego and the Id”, A. Freydning “The Ego and the Mechanisms of Defence” va O. Fenixelning “The Psychoanalytic Theory of Neurosis” asarlari olindi. Zamonaviy empirik bosqichni yoritishda G. Vaillantning longitudinal va klinik tadqiqotlari, M. Bond va hammualliflarning himoya uslublari bo‘yicha ishlari, G. Andrews, M. Singh va M. Bondning DSQ tadqiqoti, P. Cramerning rivojlanish va empirik himoya nazariyasi, R. Plutchik, H. Kellerman va H.R. Contening strukturaviy modeli hamda J.C. Perry asos solgan DMRS yo‘nalishiga oid manbalar tahlil qilindi. Kontent-tahlil, tarixiy-qiyosiy tahlil va konseptual tizimlashtirish usullaridan foydalanildi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Z. Freydning psixik apparat haqidagi qarashlari himoya nazariyasining metodologik poydevorini yaratdi. U ong, ong oldi va ongsizlikni farqlab, repressiyani shaxs uchun qabul qilinishi qiyin bo‘lgan psixik mazmunlarning ongdan chetlashtirilishi bilan bog‘ladi. Strukturaviy modelda Id instinktiv impulslar manbai, Ego esa tashqi voqelik talablarini hisobga oluvchi va impulslarni boshqaruvchi tizim sifatida talqin qilinadi. Shu asosda himoya Ego faoliyatining ichki ziddiyatni tartibga soluvchi jihati sifatida tushunila boshladi.

A. Freyd himoya masalasini Ego psixologiyasining mustaqil tadqiqot yo‘nalishiga aylantirdi. Uning konsepsiyasida himoya mexanizmlarining o‘zini bevosita kuzatish qiyin, chunki ular ko‘pincha ongsiz kechadi; tadqiqotchi ularning natijalari va xulqiy ko‘rinishlari orqali himoya jarayonini rekonstruksiya qiladi. A. Freyd qarshilik, instinktiv impuls va affektlarni Ego himoya faoliyati bilan bog‘lab, himoyaning faqat fikr mazmuniga emas, balki hissiy kechinmalarga ham qaratilishini ko‘rsatdi. Bu yondashuv repressiya, regressiya, reaktiv shakllanish, izolyatsiya, bekor qilish, proeksiya, introeksiya, o‘ziga qarshi burish va sublimatsiya kabi mexanizmlarni tizimli o‘rganish uchun asos yaratdi.

Muhokama. Psixologik himoya nazariyasining keyingi rivojida G. Vaillantning longitudinal tadqiqotlari alohida ahamiyatga ega. Uning 30 yillik kuzatuvga tayangan ishida himoya mexanizmlari faqat patologik populyatsiyaga xos emasligi, psixologik sog‘lom kattalarda ham kuzatilishi ko‘rsatilgan. Yetukroq himoya tanlovlari kasbiy, nikohiy va umumiy hayotiy moslashuvning muvaffaqiyatliroq shakllari bilan bog‘langan. Bu natija himoya mexanizmlarini “bor yoki yo‘q” tamoyili asosida emas, balki ularning adaptiv yetuklik darajasi nuqtai nazaridan o‘rganish zarurligini kuchaytirdi.

Vaillant keyingi ishlarida ham shaxsning stressga individual javob usuli psixopatologiyani tushunishda muhim ekanini ta’kidlab, himoya uslubini diagnostik formulatsiyaning foydali o‘qi sifatida ko‘rsatdi. Uning 1992-yildagi fundamental to‘plamida himoya mexanizmlarining tarixiy kelib chiqishi, klinik diagnostikadagi o‘rni, yagona nomenklatura zarurati, empirik baholash, Defense Style Questionnaire va Defense Mechanism Rating Scales kabi vositalar bir tizimda jamlangan. Shu tariqa himoya nazariyasi klinik talqindan standartlashtirilgan baholash yo‘nalishiga o‘ta boshladi.

M. Bond, S.T. Gardner, J. Christian va J.J. Sigal 1983-yilda himoya uslublarini o‘z-o‘zini baholash orqali empirik o‘lchash imkoniyatini tekshirdilar. Tadqiqot 98 nafar psixiatrik bemor va 111 nafar klinik bo‘lmagan ishtirokchini qamrab olgan. Natijalar himoyalar alohida mexanizmlar sifatida emas, balki ma’lum “uslublar”ga birlashishi va bu uslublarni nisbatan adaptiv yoki kamroq adaptiv kontinuumda joylashtirish mumkinligini ko‘rsatdi. Bu ish himoya mexanizmlarini so‘rovnoma vositasida psixometrik o‘rganishning muhim bosqichlaridan biri bo‘ldi.

G. Andrews, M. Singh va M. Bond 1993-yilda Defense Style Questionnaire metodikasini qayta ko‘rib chiqib, 72 savolli variantni 388 nafar nazorat guruhi va 324 nafar bemorda sinovdan o‘tkazdilar. Statistik va nazariy mezonlar asosida 20 ta himoyaning har birini ifodalovchi ikki tadan band tanlanib, 40 savolli DSQ shakllantirildi. Bu yondashuv himoya mexanizmlarini klinik kuzatuv bilan cheklamasdan, katta tanlanmalarda standartlashtirilgan tarzda baholash imkoniyatini kengaytirdi.

P. Cramer himoya mexanizmlarini rivojlanish psixologiyasi va empirik tadqiqotlar bilan bog‘lagan muhim mualliflardan biridir. Uning 1991-yilgi monografiyasi himoya mexanizmlarining nazariyasi, rivojlanishi, alohida mexanizmlari va ularni baholash masalalarini tizimlashtiradi. 2000-yilgi sharhida Cramer kognitiv psixologiyadagi ongsiz psixik jarayonlar haqidagi dalillar himoya mexanizmlarini empirik psixologiyada qayta muhokama qilish uchun asos yaratganini ko‘rsatadi; rivojlanish, shaxs va ijtimoiy psixologiya tadqiqotlarida himoyalarning psixologik faoliyatni tushuntirishdagi o‘rni qayd etiladi.

Cramerning 2015-yilgi tahlilida himoya tushunchasining Freyddan zamonaviy qarashlargacha bo‘lgan tarixi, himoyalarning ongsiz tabiati, patologiya bilan munosabati, psixoterapiya jarayonidagi o‘zgarishi va rivojlanish davrlariga xos farqlari ko‘rib chiqiladi. Bu yondashuv himoya mexanizmlarini mutlaq patologik hodisa deb baholash ilmiy jihatdan yetarli emasligini ko‘rsatadi: ular normal rivojlanishda ham paydo bo‘ladi, biroq ularning turi, intensivligi, vaziyatga mosligi va qat’iylashuvi psixologik natijani belgilaydi.

R. Plutchik, H. Kellerman va H.R. Conte 1979-yilda himoya mexanizmlari va emotsiyalar o‘rtasidagi dinamik munosabatni strukturaviy modelda ifodalashga urindilar. Ular himoyalar orasida mazmuniy ustma-ustlik mavjudligi, ayrim himoyalar qarama-qarshi qutblarni tashkil qilishi va ba’zi himoyalar boshqalariga nisbatan primitivroq bo‘lishi mumkinligini ta’kidladilar. Ushbu nazariy yo‘nalish keyinchalik himoya mexanizmlarini standartlashtirilgan shkalalar yordamida o‘rganish uchun muhim konseptual zamin yaratdi.

Himoya mexanizmlarini kuzatuvga asoslangan baholash yo‘nalishida J.C. Perry tomonidan ishlab chiqilgan Defense Mechanism Rating Scales (DMRS) muhim o‘rin tutadi. Zamonaviy DMRS tadqiqotlari himoyalarni yetuklik ierarxiyasi asosida yuqori adaptiv, obsesional, nevrotik, narsissistik, rad etish, borderline va harakatga asoslangan darajalarda tasniflash mumkinligini ko‘rsatadi. Bu tasnif himoya mexanizmlarini faqat nomlash emas, balki ularning funksional yetukligini ham baholash imkonini beradi.

Ko‘rib chiqilgan nazariy va empirik ishlar psixologik himoya tushunchasining mazmuni tarix davomida kengayib borganini ko‘rsatadi. Dastlabki psixoanalitik modelda asosiy e’tibor ichki konflikt va repressiyaga qaratilgan bo‘lsa, keyingi bosqichda Ego himoyalarining ko‘pligi, ularning affektlar bilan aloqasi, adaptiv ierarxiyasi, rivojlanish dinamikasi va psixometrik o‘lchovi ilmiy tadqiqot predmetiga aylandi. Shu sababli empirik tadqiqotlarda biror himoya mexanizmining yuqori ko‘rsatkichi avtomatik ravishda patologiya sifatida talqin qilinmasligi lozim. Talqin mexanizmning yetuklik darajasi, vaziyatga mosligi, boshqa himoyalar bilan kombinatsiyasi va shaxsning umumiy moslashuv ko‘rsatkichlari bilan birgalikda olib borilishi maqsadga muvofiq.

1-jadval. Psixologik himoya nazariyasining rivojlanish bosqichlari

Muallif/yo‘nalish	Asosiy mazmun	Ilmiy rivojlanishdagi o‘rni
Z. Freyd	Ongsizlik, repressiya, Id–Ego dinamikasi	Himoya konsepsiyasining psixoanalitik poydevori
A. Freyd	Ego himoyalari, affekt, qarshilik	Himoya mexanizmlarini tizimlashtirish
O. Fenixel	Himoya motivlari va mexanizmlari	Himoyani nevrotik konflikt va xavotir bilan bog‘lash
G. Vaillant	Adaptiv iyerarxiya, longitudinal kuzatuv	Yetuk va yetilmagan himoyalarni empirik farqlash
M. Bond; G. Andrews va b.	Himoya uslublari, DSQ	So‘rovnoma asosidagi psixometrik baholash
P. Cramer	Rivojlanish va empirik dalillar	Himoyalarni normal rivojlanish bilan bog‘lash
R. Plutchik va b.	Himoya–emotsiya strukturaviy modeli	Himoyalarni o‘zaro bog‘liq tizim sifatida talqin qilish
J.C. Perry / DMRS	Kuzatuv asosidagi himoya ierarxiyasi	Himoyalarning funksional yetukligini baholash

Xulosa. Tahlil natijalari psixologik himoya mexanizmlari nazariyasi bir necha ilmiy bosqichlarda shakllanib, vaqt o‘tishi bilan psixoanalitik konsepsiyadan kengroq, empirik va rivojlanish psixologiyasi bilan bog‘langan nazariy yo‘nalishga aylanganini ko‘rsatadi. Dastlab Z. Freyd tomonidan ishlab chiqilgan ongsizlik, repressiya, Ego–Id munosabati va ichki psixik konflikt haqidagi qarashlar himoya mexanizmlarini tushuntirishning nazariy poydevorini yaratgan. Freyd talqinida himoya mexanizmlari shaxsning ichki

ziddiyat, xavotir va nomaqbul impulslar bilan yuzma-yuz kelishida psixik muvozanatni saqlashga xizmat qiluvchi jarayonlar sifatida qaraladi. Ayniqsa, repressiya mexanizmi ong uchun nomaqbul bo‘lgan istak, kechinma yoki xotiralarning ongdan siqib chiqarilishini ifodalab, keyingi himoya mexanizmlari nazariyasining shakllanishida markaziy tushunchaga aylangan.

A. Freyd ushbu g‘oyalarni yanada rivojlantirib, Ego tomonidan qo‘llaniladigan himoya mexanizmlarini tizimlashtirdi. Uning yondashuvida himoya faqat konfliktning mavjudligini ifodalovchi hodisa emas, balki shaxsning impulslar, affektlar, tashqi talablar va ichki me’yorlar o‘rtasidagi nomuvofiqlikni boshqarish vositasi sifatida namoyon bo‘ladi. Shu sababli himoya mexanizmlarini faqat patologik jarayon sifatida baholash yetarli emas: ayrim himoya shakllari shaxsning moslashuvi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy faoliyatini qo‘llab-quvvatlashi mumkin.

O. Fenixel psixoanalitik yondashuv doirasida himoyaning motivlari, mexanizmlari va ularning nevrotik konfliktlar bilan aloqasini yanada kengaytirdi. Bu bosqichda himoya mexanizmlari alohida va izolyatsiyalangan psixik hodisa emas, balki shaxsning ichki konfliktlari, xavotirni kamaytirish ehtiyoji va psixodinamik jarayonlari bilan uzviy bog‘liq tizim sifatida ko‘rila boshladi. Natijada himoya mexanizmlarining mazmunini tushuntirishda ularning yuzaga kelish sabablari bilan bir qatorda, qanday sharoitda, qaysi psixologik vazifani bajarish uchun va qanday intensivlikda qo‘llanilishi ham muhim ahamiyat kasb etdi.

Keyingi tadqiqotlarda himoya mexanizmlarining adaptivlik darajasiga alohida e’tibor qaratildi. G. Vaillant tomonidan ilgari surilgan yondashuv himoya mexanizmlarini nisbatan past darajadagi, nevrotik va yetuk himoya shakllariga ajratish hamda ularning shaxsning uzoq muddatli moslashuvi bilan aloqasini o‘rganishga imkon berdi. Ushbu yondashuvning muhim jihati shundaki, himoyaning mavjudligi o‘z-o‘zidan psixologik muammoning belgisi sifatida qaralmaydi. Aksincha, uning yetuklik darajasi, vaziyatga mosligi, moslashuvchanligi va uzoq muddatli oqibatlari muhim diagnostik mezon sifatida ko‘riladi. Shunday qilib, himoya mexanizmlarini baholashda “himoya bor yoki yo‘q” degan ikki qutbli yondashuvdan ko‘ra, “qaysi himoya, qaysi sharoitda va qanday funksional natija bilan qo‘llanmoqda?” degan savol ilmiy jihatdan samaraliroq hisoblanadi.

Umuman olganda, mazkur nazariy yo‘nalishlarning rivojlanishi psixologik himoya tushunchasining mazmuni sezilarli darajada kengayganini ko‘rsatadi. Dastlab himoya asosan ongsiz konflikt va xavotirni kamaytirishga qaratilgan psixodinamik jarayon sifatida tushuntirilgan bo‘lsa, keyinchalik uning adaptivlik, rivojlanish, emotsional boshqaruv, shaxslararo munosabatlar va psixologik funksionallik bilan aloqasi ham o‘rganila boshlandi. Natijada zamonaviy yondashuvlarda himoya mexanizmlarini “yaxshi” yoki “yomon” tarzda keskin ajratishdan ko‘ra, ularning vaziyatga mosligi, qat’iyligi, takroriyligi va shaxsning umumiy moslashuviga ta’sirini hisobga olish muhim hisoblanadi.

Shu nuqtayi nazardan, psixologik himoya mexanizmlarini shaxsning noxush voqelikni oddiy inkor qilishi, unutishi yoki muammodan qochishi bilan tenglashtirish mumkin emas. Himoya ko‘pincha ongsiz yoki qisman anglangan holda kechadigan, shaxsning ichki ehtiyojlari, impuls va affektlari bilan tashqi ijtimoiy talablar o‘rtasidagi ziddiyatni boshqarishga xizmat qiladigan murakkab psixologik jarayondir. Uning funksional ahamiyati esa konkret mexanizm turiga, shaxsning rivojlanish darajasiga, vaziyatning xususiyatiga, himoyaning intensivligi va davomiyligiga bog‘liq bo‘ladi. Masalan, ma’lum bir vaziyatda inkor qilish vaqtinchalik psixologik barqarorlikni saqlashga yordam berishi mumkin, biroq u uzoq muddat davom etib, real muammoni tan olish va hal qilishga to‘sqinlik qilsa, moslashuvni susaytiruvchi omilga aylanishi mumkin.

Shuningdek, bir xil himoya mexanizmining turli shaxslar yoki turli vaziyatlardagi psixologik funksiyasi bir xil bo‘lishi shart emas. Himoyani baholashda shaxsning yoshi, rivojlanish bosqichi, stress darajasi, ijtimoiy muhiti, mavjud resurslari va muayyan vaziyatning mazmunini hisobga olish zarur. Shu sababli bitta metodika yoki alohida himoya mexanizmi asosida shaxsning umumiy psixologik holati haqida qat’iy xulosa chiqarish metodologik jihatdan cheklangan yondashuv bo‘ladi. Ishonchli xulosa olish uchun turli metodlarning natijalarini o‘zaro solishtirish, klinik yoki psixologik kontekstni hisobga olish va himoyaning vaqt davomida qanday namoyon bo‘lishini kuzatish maqsadga muvofiq.

Demak, psixologik himoya mexanizmlarini zamonaviy tadqiq etishning asosiy metodologik tamoyili ularni statik va universal hodisa sifatida emas, balki dinamik, kontekstual va funksional jarayon sifatida ko‘rib chiqishdan iborat. Himoya mexanizmlarining samaradorligi ularning shunchaki mavjudligi bilan emas, balki shaxsga real vaziyatni qanchalik konstruktiv tarzda boshqarish, emotsional muvozanatni saqlash, ijtimoiy moslashish va muammolarni hal qilish imkonini berishi bilan belgilanadi. Shu jihatdan, psixologik himoyani empirik tadqiq etishda miqdoriy ko‘rsatkichlarni sifat tahlili bilan uyg‘unlashtirish, mexanizmlarning yetuklik darajasini aniqlash va ularning muayyan vaziyatdagi funksiyasini hisobga olish ilmiy jihatdan eng maqbul yondashuvlardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. Freud S. The Ego and the Id / transl. by J. Riviere. — London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, 1927. — 88 p.

2. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defence. — London: Hogarth Press and Institute of Psycho-Analysis, 1937.

3. Fenichel O. The Psychoanalytic Theory of Neurosis. — New York: W. W. Norton & Company, 1945. — 703 p. — P. 129–167.

4. Vaillant G. E. Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms: A 30-year follow-up of 30 men selected for psychological health // Archives of General Psychiatry. — 1971. — Vol. 24, No. 2. — P. 107–118. — DOI: 10.1001/archpsyc.1971.01750080011003.

5. Vaillant G. E. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology // Journal of Abnormal Psychology. — 1994. — Vol. 103, No. 1. — P. 44–50. — DOI: 10.1037/0021-843X.103.1.44.

6. Vaillant G. E. (ed.). Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Researchers. — Washington, DC: American Psychiatric Press, 1992. — XIV, 306 p.

7. Bond M., Gardner S. T., Christian J., Sigal J. J. Empirical study of self-rated defense styles // Archives of General Psychiatry. — 1983. — Vol. 40, No. 3. — P. 333–338. — DOI: 10.1001/archpsyc.1983.01790030103013.

8. Andrews G., Singh M., Bond M. The Defense Style Questionnaire // Journal of Nervous and Mental Disease. — 1993. — Vol. 181, No. 4. — P. 246–256. — DOI: 10.1097/00005053-199304000-00006.

9. Cramer P. The Development of Defense Mechanisms: Theory, Research, and Assessment. — New York: Springer-Verlag, 1991. — XIII, 338 p.

10. Cramer P. Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation // American Psychologist. — 2000. — Vol. 55, No. 6. — P. 637–646. — DOI: 10.1037/0003-066X.55.6.637.

11. Cramer P. Understanding defense mechanisms // Psychodynamic Psychiatry. — 2015. — Vol. 43, No. 4. — P. 523–552. — DOI: 10.1521/pdps.2015.43.4.523.

12. Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. A structural theory of ego defenses and emotions // Emotions in Personality and Psychopathology / ed. by C. E. Izard. — New York: Plenum Press, 1979. — P. 227–257. — DOI: 10.1007/978-1-4613-2892-6_9.