



MEHANIZMI OBRANE

PROF.DR.SC. DUBRAVKA KOČIJAN HERCIGONJA

NESVJESNA FUNKCIJA EGA KOJA GA ŠTITI OD SADRŽAJA KOJI IZAZIVAJU ANKSIOZNOST

- NESVJESNI PROCES KOJI SE POKREĆE KAO ODGOVOR NA OPASNOST, BILO DA DOLAZI IZ UNUTARNJEG ILI VANJSKOG SVIJETA, TO JE PRITISAK NA EGO – OBRANA EGA, DA SE BRANI OD PRIJETNJI KOJE DOLAZE OD IDA I SUPER EGA ILI IZ VANJSKE OKOLINE, POTREBA EGA ZA UKLJUČIVANJE RAZLIČITIH MEHANIZAMA DA SE OBRANI OD ANKSIOZNOSTI

POVIJESNI RAZVOJ

- **FREUD** IZNOSI DA POSTOJE MEHANIZMI KOJI SU NESVJESNI, A SLUŽE OBRANI OD ANKSIOZNOSTI (OBJEKTIVNA – STRAH, NEUROTICNA – KONFLIKT IZMEĐU EGA I IDA, MORALNA – KONFLIKT IZMEĐU EGA I SUPER EGA)

FUNKCIJA OBRAMBENIH MEHANIZAMA

- OBRANITI EGO I UBLAŽITI ANKSIOZNOST

- RAZVOJ POČINJE U DJEČJOJ DOBI
- POVEZUJE SE S EMOCIONALNIM ŽIVOTOM DJETETA, A MANIFESTACIJA OVISI O DOBI DJETETA, SPOLU, TEMPERAMENTU, RAZVOJU EGA

RAZLIKA IZMEĐU OBRAMBENIH MEHANIZAMA I COPINGA

- OBRAMBENI MEHANIZMI UKLJUČUJU MANIPULACIJU OPISANIH SITUACIJA, A COPING UKLJUČUJE REVIZIJU I MODIFIKACIJU

• NIJE NUŽAN UNUTARNJI KONFLIKT, VEĆ JE DOVOLJNA I SAMA PERCEPCIJA BILO KOJOJ PRIJETNJI, VLASTITOM OPSTANKU, PRIHVAĆENOSTI I SIGURNOSTI

• GUBITAK, KRIVICA, STRAH, SRAM, STRES, PRIJETNJA SAMOPOŠTOVANJU, TEMELJNIM OSOBNIM UVJERENJIMA MOGU POKRENUTI MEHANIZME OBRANE

KLASIFIKACIJA

• ONI SU INDIVIDUALNI, UPRAVLJAJU NAGONIMA INSTINKTOM I AFEKTOM, NESVJESNI SU, DISKRETNI SU, DINAMIČNI, REVERZIBILNI I MOGU BITI PRILAGODLJIVI I ADAPTABILNI

DIJELE SE I NA:

- USPJEŠNE KOJI PREKIDAJU POTISNUTE PULZIJE I NAZIVA IH SE **SUBLIMACIJOM**
- NEUSPJEŠNI KOJI ZAHTIJEVAJU PONAVLJANJE, POTISKIVANJE DA BI SPRIJEČILI POTISNUTE PULZIJE I U OSNOVI SU **NEUROZA**

PODJELA:

- PSIHOTIČNE OBRANE
 - NEZRELI
 - NEUROTIČNI
 - ZRELI

NEZRELI MEHANIZMI

- **PORICANJE** OBUHVAĆA NEPRIHVATANJE REALNOSTI NEKOG TRAUMATSKOG DOGAĐAJA. TO JE PROCES KOJIM SE OSOBA BRANI OD OPASNIH I PRIJETEĆIH SITUACIJA. ON JE U MALE DJECE ČEST I ČESTO SE JAVLJA U OBLIKU FANTAZIJE/DIJETE SE OKREĆE OD STVARNOSTI, PORIČE JE I ZAMJENJUJE IZMIŠLJENOM, IZOKRENUTOM STVARNOSTI.

NEZRELI MEHANIZMI - PROJEKCIJA

- EGO SE BRANI OD NEPRIHVATLJIVIH NAGONSKIH TEŽNJI I OSJEĆAJA NA NAČIN DA IH NESVJESNO PRIPISUJE VANJSKOM SVIJETU. SVE ŠTO JE UGODNO DOŽIVLJAVA KAO SVOJE, A SVE NEUGODNO KAO VANJSKO.
- ..ON ME MRZI PA ZATO I JA NJEGA MRZIM.. SVI NEPRIHVATLJIVI NEDOSTATCI PRIPADAJU NEKOM DRUGOM, NAJČEŠĆE ONO ŠTO VLASTITI SUPER EGO NE PRIHVAĆA. ON ISKRIVLJUJE STVARNOST / DIO JE SVAKODNEVNOG ŽIVOTA RODITELJI – DIJETE, PREDRASUDE MEĐU NACIJAMA, GRADOVIMA, ALI MOŽE BITI I POZITIVAN

NEZRELI MEHANIZMI - REGRESIJA

- EGO SE POKUŠAVA VRATITI U RANIJU FAZU RAZVOJA. OSIM U ZDRAVIM STANJIMA JAVLJA SE I U PSIHOLOGIJI. IZRAŽAVA NESPOSOBNOST FUNKCIONIRANJA NA ZRELOJ RAZINI. U PSIHOTERAPIJI MOŽE BITI NUŽNA DA SE VEZANO UZ ZABRANJENE ŽELJE PACIJENT VRATI I SJETI PROŠLOSTI. OBRATANJE U SUPROTNO, PRIJELAZ IZ AKTIVNOSTI U PASIVNU POZICIJU NPR. DESTRUKTIVNOST U AUTODESTRUKTIVNOST. OSOBA POKAZUJE AGESIJU PREMA DRUGIMA KROZ PASIVNOST – PASIVNO AGRESIVNO PONAŠANJE, OKRETANJE NA VLASTITU OSOBU /PARANOIDNOST, FOBIJA, DEPRESIJA/.

NEZRELI MEHANIZMI

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • ACTING OUT - NESVJESNE ŽELJE IЛИ IMPULSI KROZ AKCIJU. NESVJESNE ŽELJE I FANTAZIJE OSOBA DOŽIVLJAVA KAO STVARNOST. PRAŽNENJE NEKIH NESVJESNIH SUKOBA U PSIHOTERAPIJSKOM PROCESU. TU SE UBRAJA HIPOHONDRIJAZA SHIZOIDNE FANTAZIJE, SOMATIZACIJA. | <ul style="list-style-type: none"> • INTROJEKCIJA - POUNUTRENJE KVALITETA VOLJENOG OBJEKTA KOJI POSTAJE DIO VLASTITOG EGA |
|---|---|

NEZRELI MEHANIZMI**• HIPOHONDRIJAZA -**

PRETJERIVANJE O VLASTITOJ
BOLESTI SA SVRHOM
IZBJEGAVANJA IMPULSA I
REGRESIJE. UZROCI SU
ŽALOVANJE, OSJEĆAJ
USAMLJENOSTI ILI
NEPRIHVATLJIVIH AGRESIVNIH
IMPULSA PREMA DRUGIMA.

• SOMATIZACIJA -

KONVERZIVANJE PSIHIČKIH
DERIVATA U TJELESNI SIMPTOM

• SHIZOIDNA FANTAZIJA -

POVLAČENJE U AUTIZAM U ŽELJI
DA SE RJEŠI KONFLIKT KAKO BI
SE DOBILA GRATIFIKACIJA

NEUROTSKI MEHANIZMI OBRANE

• POTISKIVANJE ILI REPRESIJA - OBUHVAĆA ODBIJANJE
EGA DA SE SUOČI S UNUTARNJIM NEUGODNIM
NAGONSKIM IMPULSIMA, ŽELJAMA ILI AFEKTIMA.
OBUHVAĆA IZBACIVANJE IZ SJEĆANJA NEUGODNIH
DOŽIVLJAJA ILI PREDODŽBI VEZANIH UZ ZABRANJENE
ŽELJE. JAVLJAJU SE KOD ZDRAVIH I NEUROTSKIH OSOBA.
PREMA FREUDU TO JE NAJOPASNIJI MEHANIZAM
OBRANE. NJIME NESTAJE SJEĆANJE, ALI OSTAJE
ENERGIJA.

NEUROTSKI MEHANIZMI OBRANE

- REAKTIVNA FORMACIJA -** EGO NEPRIHVATLJIVE PORIVE PRETVARA
U SVOJU SUPROTNOST KROZ PRILAGOĐAVANJE. ČESTA JE U
DJEČJOJ DOBI.
- IDENTIFIKACIJA ILI POISTOVJEĆIVANJE -** SUBJEKT SE
POISTOVJEĆUJE SA NEKOM OSOBOM ILI KARAKTERISTIKOM
DRUGOG. PREOBRAŽUJE SE POTPUNO ILI DJELOMIČNO PO UZORU
NA NJEGA.
- IDENTIFIKACIJA SA AGRESOROM -** POISTOVJEĆIVANJE SA
OSOBOM OD KOJE STRAHUJEMO KAKO BI SE UKLONIO STRAH.

NEUROTSKI MEHANIZMI OBRANE

- **PREMJEŠTANJE** - OBUHVAĆA PRAŽNENJE IMPULSA ILI NESVJESNIH FANTAZIJA OD JEDNOG OBJEKTA NA DRUGI.
- **INTEKTUALIZACIJA** - UKLJUČENOST ISKLJUČIVO NA INTEKTUALNI ASPEKT PROBLEMA
- **RACIONALIZACIJA** - DAVANJE UVJERLJIVIH, RACIONALNIH OBJAŠNENJA KAKO BI SAKRILA OD SEBE ILI DRUGIH MOTIVE AKTUALNOG NAGONSKOG PONAŠANJA

NEUROTSKI MEHANIZMI OBRANE

- **IZOLACIJA** - CIJEPANJE ILI SEPARACIJA IDEJA KOJIH SE SJEĆAMO OD AFEKTA KOJI IM JE PRIDRUŽEN I POTISNUT. PRISUTNA JE KOD OKP.
- **PONIŠTENJE** - DA SE STVARNOST ILI FANTAZIJE PONIŠTE ODREĐENIM SUPROTNIM AKCIJAMA. OSOBA SE PONAŠA KAO DA SE NEŠTO NIJE DOGODILO. KONTRAFOBičNI MEHANIZAM UKLANJANJA STRAHA PRENAGLJENIM ILI PREUVELIČANOM AKTIVNOŠĆU.

NEUROTSKI MEHANIZMI OBRANE

- **POVLAČENJE** - IZBJEGAVANJE OGRANIČAVANJA OBUHVAĆA OSNAŽIVANJE EGA DA SE POVUČE OD IZVORA TJESKOBE I STRAHA
- **NEGACIJA** - PRIBLIŽAVANJE NEŽELJENE MISLI ILI DOGAĐAJA SVIJESTI ODMAH SE NEGIRA
- **DISOCIJACIJA** - MODIFICIRANJE KARAKTERA OSOBE ILI OSOBNOG IDENTITETA KAKO BI SE IZBJEGAO EMOCIONALNI DISTRES
- **EKSTERNALIZACIJA** I KAKO BI SE U VANJSKOM SVIJETU ZAPAZILI ELEMENTI VLASTITE LIČNOSTI

DISOCIJATIVNI POREMEĆAJI

- RASKOL U OBIČNO CJELOVITIM FUNKCIJAMA SVIJESTI, PAMĆENJA, IDENTITETA I OPAŽANJA
- POREMEĆAJ MOŽE NASTUPITI NAGLO I POSTEPENO
- MOŽE BITI PROLAZAN ILI TRAJAN

DISOCIJATIVNA AMNEZIJA

- NESPOSOBNOST DOSJEĆANJA VAŽNIH OSOBNIH PODATAKA, OBIČNO TRAUMATSKIH ILI STRESOGENIH
- REVERZIBILNA
- JAVLJA SE KAO RETROSPEKTIVNE RUPE
- LOKALIZIRANA AMNEZIJA
- SELEKTIVNA AMNEZIJA
- GENERALIZIRANA AMNEZIJA
- TRAJNA AMNEZIJA
- SISTEMATIZIRANA AMNEZIJA

DISOCIJATIVNA AMNEZIJA

- TEŠKO SE PROCJENJUJE KOD DJECE
- ZAMJENJUJE SE S PRKOSOM, ANKSIOZNOŠĆU, NEPAŽNJOM, POREMEĆAJIMA UČENJA, PSIHOTIČNIM STANJIMA TE NORMALNIM RAZVOJEM
- PREVALENCIJA U PORASTU
- DIFERENCIJALNO DIJAGNOSTIČKI
- AMNEZIJA USLIJED OŠTEĆENJA MOZGA
- AMNEZIJA USLIJED OPĆEG ZDRAVSTVENOG STANJA
- UZROKOVANA PSIHOAKTIVNIM TVARIMA
- DEPERSONALIZACIJA

DISOCIJATIVNE FUGE

- IZNENADNA, NEOČEKIVANA LUTANJA
- POREMEĆAJ VLASTITOG IDENTITETA
- OŠTEĆENJE U SOCIJALNOM, RADNOM I DRUGIM PODRUČJIMA DJELOVANJA
- NAKON PRESTANKA FUGE MOŽE SE JAVITI AMNEZIJA
- PREVALENCIJA 0,2%
- DIFERENCIJALNO DIJAGNOSTIČKI

DISOCIJATIVNE FUGE

- **ZDRAVSTVENO STANJE:**
- OZLJEDE GLAVE
- PSIHOAKTIVNE TVARI
- MANIČNE EPIZODE
- SCHIZOFRENIJA
- SIMULIRANJE

DISOCIJATIVNI POREMEĆAJ LIČNOSTI

- PRISUTNO 2 ILI VIŠE IDENTITETA
- NAIZMJENIČNO PREUZIMANJE NADZORA NAD PONAŠANJEM
- NESPOSOBNOST PRISJEĆANJA VAŽNIH DOGAĐANJA
- NE NASTAJE KAO POSLJEDICA UZIMANJA PSIHOAKTIVNIH TVARI

DEPERSONALIZACIJSKI POREMEĆAJ

- TRAJNI OSJEĆAJ ODVOJENOSTI OD VLASTITIH DUŠEVNIH PROCESA ILI I OD TIJELA ŠTO JE PRAĆENO NETAKNUTOM SPOSOBNOSTIČU ISPITIVANJA STVARNOSTI

ZRELI MEHANIZMI

- **SUBLIMACIJA** - CILJEVI INFANTILNIH ŽELJA, FANTAZIJA I AGRESIVNIH PORIVA ZAMIJENILI ZRELIJIM CILJEM
- **HUMOR** - IZRAŽAVANJE HUMOROM SVOJE MISLI I ŽELJE DA SE OSOBA NE OSJEĆA UGROŽENO
- **STVARALAČKA ELABORACIJA** - OBRANA KOJOM SE SPECIFIČNI SUKOB I KOJI IZAZIVAJU TJESKOBU RAZRAĐUJU MASKIRANJEM U SNOVIMA, PRIČAMA I FANTAZIJAMA. GDJE ID - EGO STVARAJU NOVI ODNOS JEDAN PREMA DRUGOM.

ZRELI MEHANIZMI

- **ALTRUIZAM** - GRATIFIKACIJA DRUGIH KAKO BI SE PREBRODILA PRENESENA ISKUSTVA. OSOBA SE OSJEĆA ZADOVOLJNA AKO SU DRUGI SRETNI
- **ANTICIPACIJA** - KADA REALISTIČNO PREDVIĐA ILI PLANIRA NEKU UNUTARNJU NELAGODU. PLANIRANJEM UMANJITI I KROZ TO SMANJITI UNUTARNJU NAPETOST

ZRELI MEHANIZMI

- **ASKETIZAM** - SAMOODRICANJE SVIH BAZIČNIH UGODA. OSOBA SE NE ODRIČE SVEGA VEĆ IMA RAZINA POTREBA KOJIH SE NE ODRIČE.
- **SUPRESIJA** – POVLAČENJE, OTKAZIVANJE POZORNOSTI PREMA SVJESNIM IMPULSIMA ILI KONFLIKTIMA

PATOLOŠKI MEHANIZMI

- HALUCINATORNA PROJEKCIJA
- NEGACIJA
- IZVRTANJE / ISKRIVLJAVANJE
- SPLITTING / RAZDVOJI

MEHANIZMI OBRANE KOD DJECE

- POTREBNO IH JE PROMATRATI KAO STRATEGIJU SUOČAVANJA SA STRESOM. PRIRODNA JE REAKCIJA SVAKOG DJETETA DA SE POKUŠA PRILAGODITI ODREĐENIM UVJETIMA U KOJIMA ŽIVI I KADA JE MOGUĆE DA UTJEČE NA TE UVJETE KAKO BI IH PRILAGODIO SVOJIM POTREBAMA. POSEBNO SU VAŽNI KOD TRAUMATIZIRANE DJECE. PRISUTNE SU BROJNE BRZE IZMJENE PONAŠANJA I RASPOLOŽENJA /PRIBLIŽAVANJA ILI IZBJEGAVANJE/ ŠTO SE VIDI KOD ZLOSTAVLJANE DJECE.

MEHANIZMI OBRANE KOD DJECE

- DJECA KORISTE STRATEGIJE DA BI ZAŠTITILI SVOJ SELF OD DALJNJIH BOLI. TO JE ČESTO PROJEKCIJA AGRESIJA I OKRIVLJAVANJA DRUGIH. DJECA ČESTO PREMJEŠTAJU NEZAVRŠENE I NEPRIHVATLJIVE SADRŽAJE U LIKOVE U PRIČAMA, TAKO SVOJE NEZAVRŠENE POSLOVE ZAVRŠAVAJU KROZ LIKOVE U PRIČAMA

MEHANIZMI OBRANE KOD DJECE

- **SRAMEŽJIVOST**
- **RETROFLEKSIJA** - GLAVOBOLJE, TRBOBOLJE
- **KONFLUENCIJA** - ŽELJA DA ZADOVOLJE DRUGE I PROVJERAVANJE DA LI SU VOLJENI
- **INTROJEKCIJA** - MISLE DA SU SAMO UVJETNO PRIHVAĆENI

ADOLESCENTI

- **POTISKIVANJE** - NESVJESNO ZABORAVLJANJE ISKUSTVA KOJA SU BOLNA ZA PAMĆENJE
- **KOMPENZACIJA** - NADOKNAĐIVANJE NEADEKVATNOSTI NA BRILJIRANJE
- **RACIONALIZACIJA** - VJEROVANJE DA JE TO ONO ŠTO SMO UVIJEK ŽELJELI
- **INTROJEKCIJA** - USVAJANJE NEČIJIH VJEROVANJA I TO OD OSOBE KOJOJ SE TEŠKO SUPROTSTAVITI
- **REGRESIJA** - PLAKANJE DA BI DOŠLO DO PROMJENE, PREMJEŠTANJE SNAŽNIH OSJEĆAJA

**ISTRAŽIVANJA ANALIZIRAJU POVEZANOST
MEHANIZAMA OBRANE I OSOBNOG STILA**

- **INHIBIRANI STIL** - FANTAZIJA
- **SUBMISIVNI STIL** - INTRTOJEKCIJA
- **OSJEĆAJ NEADEKVATNOSTI** – STRAH, USAMLJENOST
- **STRAH** - INTELEKTUALIZACIJA
- **DRAMATIČNI STIL** - DISOCIJACIJA
- **EGOISTIČNI STIL** - RACIONALIZACIJA
- **BORDELIN STIL** - REGRESIJA
- **ANTISOCIJALNI STIL** – INTELEKTUALIZACIJA, PROJEKCIJA
- **HISTRIONIČNI STIL** – SPLITTING, ACTING OUT
