

KS. PIOTR MARCHWICKI SDB

## MECHANIZMY OBRONNE W UJĘCIU PSYCHODYNAMICZNYM

### WPROWADZENIE

W minionych trzech dziesięcioleciach mechanizmy obronne<sup>1</sup> stały się przedmiotem refleksji teoretycznej oraz badań empirycznych, które znacznie poszerzyły wiedzę psychologiczną dotyczącą tych procesów i ich roli w życiu psychicznym człowieka. Zamierzeniem niniejszego opracowania jest przedstawienie wyników podjętych prac badawczych prowadzonych w ramach nurtu tzw. psychiatrii psychodynamicznej, reprezentującej podejście psychoanalityczne do procesów obronnych. Stąd też nie zostanie tu poruszona problematyka związana z koncepcjami poznawczymi mechanizmów oraz z koncepcją nawiązującą do teorii uczenia się.

Po wyjaśnieniu samego pojęcia mechanizmu obronnego zostaną omówione zagadnienia dotyczące liczby i klasyfikacji procesów obronnych. Następnie zostaną przedstawione wyniki badań nad rozwojem mechanizmów, ich związkami z zaburzeniami psychicznymi oraz relacją zachodzącą między stosowaniem mechanizmów obronnych a takimi zmiennymi, jak: płeć, pochodzenie etniczne i klimat rodzinny.

### 1. POJĘCIE MECHANIZMU OBRONNEGO

Pierwszy, który opisał nieświadome operacje ludzkiej psychiki mające na celu ochronę jednostki przed konfliktami, myślami i emocjami, był Z. Freud, ojciec psychoanalizy. Odkrył on także dużą część mechanizmów, o których mówi się

---

<sup>1</sup> Niektórzy autorzy na określenie procesów psychicznych nazywanych generalnie „mechanizmami obronnymi” stosują również inne terminy, np. „zachowania” lub „modele” (obronne), „procesy obronne”, „style obronne”. W niniejszym opracowaniu termin „mechanizmy obronne” będzie stosowany zamiennie z terminem „procesy obronne”.

dzisiaj, oraz zidentyfikował ich najważniejsze własności<sup>2</sup>. Pojęcie mechanizmu obronnego stało się od czasów Z. Freuda jednym z najważniejszych pojęć psychoanalizy i chociaż pozostałe aspekty teorii psychoanalitycznej były i są krytykowane, mechanizmy zostały szeroko zaakceptowane także przez inne nurty psychologiczne. Zostało również uznane znaczenie, jakie mają one w rozwoju jednostki, do zrozumienia osobowości, do przystosowania, a ponadto w psychologii klinicznej i w psychoterapii<sup>3</sup>. Powodem, dla którego mechanizmy obronne znalazły tak szerokie przyjęcie w kręgach psychologicznych i psychoterapeutycznych, jest prawdopodobnie fakt, że mogą one być obserwowane bezpośrednio w sytuacji klinicznej lub w życiu codziennym i nie jest konieczny duży stopień inferencji, aby rozpoznać je jako fenomen psychologiczny<sup>4</sup>.

Obecnie, chociaż nie brakuje różnic między różnymi autorami w ujmowaniu mechanizmów obronnych, istnieje pewna zgoda co do tego, że są one procesami psychicznymi, których zadaniem jest dokonanie mediacji między „popędami, uczuciami i procesami poznawczymi z jednej strony i uwewnętrznionymi zakazami lub rzeczywistością zewnętrzną z drugiej”<sup>5</sup>.

V. Lingardi i F. Madeddu podają następującą definicję mechanizmu obronnego: „mechanizmy obronne są automatyczną indywidualną odpowiedzią na sytuacje wewnętrzne lub zewnętrzne stresu; ich działanie jest zasadniczo automatyczne i dokonuje się bez świadomego wysiłku, często także poza świadomością jednostki; poszczególne osoby wykazują tendencję do pewnego rodzaju »specjalizacji«, polegającej na używaniu tych samych mechanizmów obronnych w podobnych sytuacjach; mechanizmy obronne rozwijają się wzdłuż wymiaru przystosowanie-nieprzystosowanie”<sup>6</sup>. Powyższa definicja przystaje do określenia mechanizmów obronnych podanego w *Defensive Functioning Scale*, zamieszczonej w Załączniku B do DSM-IV: „mechanizmy obronne są działającymi automatycznie procesami psychologicznymi, które chronią jednostkę przed niepokojem i przed świadomością tak zewnętrznych, jak i pochodzących z wewnątrz niebezpieczeństw lub czynników wywołujących stres; jednostka jest często nieświadoma tych procesów, gdy one działają; mechanizmy obronne warunkują reakcję jednostki na konflikty emocjonalne oraz wewnętrzne lub zewnętrzne źródła stresu;

---

<sup>2</sup> Por. G.E. Vaillant (1992a). The historical origins of Sigmund Freud's concept of the mechanism of defense. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanism of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 3–5.

<sup>3</sup> Por. R. Plutchik (1995). A theory of Ego defenses. W: H.R. Conte, R. Plutchik (red.). *Ego defenses: Theory and measurement*. New York: Wiley, s. 13.

<sup>4</sup> Por. P. Buckley (1995). Ego defenses: A psychoanalytic perspective. W: H.R. Conte, R. Plutchik (red.). *Ego defenses: Theory and measurement*. New York: Wiley, s. 38.

<sup>5</sup> S.T. Hauser (1986). Conceptual and empirical dilemmas in the assessment of defenses. W: G.E. Vaillant (red.). *Empirical studies of ego mechanisms of defenses*. Washington: American Psychiatric Press, s. 91.

<sup>6</sup> V. Lingardi, F. Madeddu (1994). *I meccanismi di difesa: Teoria clinica e ricerca empirica*. Milano: Cortina, s. 8.

poszczególne mechanizmy obronne dzielą się teoretycznie i empirycznie na grupy zwane poziomami obronnymi<sup>7</sup>.

Zadaniem mechanizmów obronnych jest dostarczenie jednostce iluzji, że kontroluje ona problematyczną sytuację, wtedy gdy kontrola rzeczywista jest z różnych względów niemożliwa. Iluzoryczna kontrola daje ten sam wynik, co kontrola rzeczywista, to jest zmniejsza niepokój spowodowany przez stres oraz przywraca jednostce na nowo równowagę psychiczną<sup>8</sup>. Istnieją różne formy owej iluzorycznej kontroli dokonywanej przez mechanizmy obronne. Jednostka może zniekształcić rzeczywistość, wykluczając myśli, wspomnienia i emocje ze swojej świadomości (np. zaprzeczanie, reakcja upozorowana), może zmienić znaczenie postrzeganego niebezpieczeństwa (np. racjonalizacja), może przesunąć źródło niebezpieczeństwa, które istnieje w niej samej, na jakiś obiekt zewnętrzny (np. projekcja) bądź na odwrót, z obiektu zewnętrznego na nią samą (np. zwracanie się przeciwko sobie) lub też z jednego obiektu zewnętrznego na inny obiekt zewnętrzny (np. przeniesienie). Jednostka może też zidentyfikować się ze źródłem zagrożenia, jak w mechanizmie zwanym identyfikacją z napastnikiem<sup>9</sup>.

## 2. LICZBA

Nie istnieje jedna lista mechanizmów akceptowana bez zastrzeżeń przez wszystkich autorów. D. Ihilevich i G.C. Gleser proponują prawdopodobnie najmniejszą liczbę, wyróżniając tylko pięć stylów obronnych: agresja wobec obiektu (identyfikacja z agresorem, przemieszczenie), projekcja, odwoływanie się do zasad (intelektualizacja, izolacja, racjonalizacja), zwracanie się przeciwko sobie, odwrócenie (reakcja upozorowana, zaprzeczanie, negacja, wypieranie)<sup>10</sup>. E.V. Semrad i in. proponują dziewięć mechanizmów obronnych<sup>11</sup>, N. Haan – dziesięć<sup>12</sup>, a A.M. Jacobson i in. –

---

<sup>7</sup> American Psychiatric Association – APA (1994). *DSM IV. Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. Washington: APA, s. 751.

<sup>8</sup> Por. K. Polacek (1996). I meccanismi di difesa nel contesto educativo. W: *Orientamenti Pedagogici*, 43, s. 1009.

<sup>9</sup> Por. D. Ihilevich, G.C. Gleser (1986). *Defense Mechanisms: Their classification, correlates, and measurement with the Defense Mechanisms Inventory*. Owosso: DMI Associates, s. 6.

<sup>10</sup> Por. D. Ihilevich, G.C. Gleser (1995). The Defense Mechanisms Inventory: Its development and clinical applications. W: H.R. Conte, R. Plutchik (red.). *Ego defenses: Theory and measurement*. New York: Wiley, s. 224–225. W nawiasach podane są nazwy tzw. klasycznych mechanizmów obronnych, które odpowiadają danemu stylowi obronnemu.

<sup>11</sup> Por. E.V. Semrad, L. Grinspoon, S.E. Feinberg (1973). Development of an Ego Profile Scale. W: *Archive of General Psychiatry*, 28, s. 71–72. Mechanizmy obronne wymieniane przez E.V. Semrada i in. zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

<sup>12</sup> Por. N. Haan (1977). *Coping and defending: Processes of self-environment organisation*. New York: Academic Press, s. 35. Mechanizmy obronne wymieniane przez N. Haan zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

dwanaście<sup>13</sup>. G. E. Vaillant rozróżnia 18 mechanizmów obronnych<sup>14</sup>, a M. Bond i in. wymieniają ich 24<sup>15</sup>. W zamieszczonej w DSM – IV *Defensive Functioning Scale* (DFS) wymienionych jest 31 mechanizmów<sup>16</sup>. Największą liczbę osiągnął prawdopodobnie J.C. Perry, który rozróżnia 42 różne mechanizmy obronne, według niego wszystkie potwierdzone empirycznie<sup>17</sup>, chociaż jego *Defense Mechanism Rating Scales* (DMRS) mierzy tylko 27 mechanizmów<sup>18</sup>. Jako porównanie, w pismach Z. Freuda można znaleźć 16 zidentyfikowanych przez niego mechanizmów obronnych<sup>19</sup>, a jego córka, A. Freud, wymienia ich 15<sup>20</sup>.

Kiedy czyta się listy i definicje mechanizmów obronnych, proponowane przez różnych autorów, można zauważyć różnorodność stosowanego nazewnictwa. Na przykład niektóre nazwy mechanizmów są używane tylko przez jednego autora i nie znajdują się u innych. Zdarza się także, że różni autorzy definiują w nieco odmienny sposób mechanizmy, którym dają tę samą nazwę lub na odwrót, używają odmiennych nazw podobnie zdefiniowanym procesom obronnym. G.E. Vaillant uważa, że różnice w liczbie i nazewnictwie mechanizmów wynikają z faktu, iż mechanizmy są jedynie metaforami i ich identyfikacja wymaga, podobnie jak przy rozpoznawaniu twarzy lub interpretacji przysłów, wyższego poziomu uogólnienia<sup>21</sup>. R. Plutchik sądzi natomiast, że różnice te są wynikiem niezdawania sobie sprawy przez wielu autorów z faktu nakładania się na siebie różnych, wymienianych przez nich mechanizmów<sup>22</sup>.

---

<sup>13</sup> Por. A.M. Jacobson i in. (1992b). *Ego Defense Mechanisms Manual*. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanism of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 261–278. Mechanizmy obronne wymieniane przez A.M. Jacobsona i in. zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

<sup>14</sup> Por. G.V. Vaillant (1971). *Theoretical hierarchy of adaptive Ego mechanisms. A 30-year follow-up of 30 men selected for psychological health*. W: *Archive of General Psychiatry*, 24, s. 111. Mechanizmy obronne wymieniane przez G.E. Vaillanta zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

<sup>15</sup> Por. M. Bond, S.T. Gardner, J. Christian, J. Sigal (1983). *Empirical study of self-rated defense styles*. W: *Archive of General Psychiatry*, 40, s. 336. Mechanizmy obronne wymieniane przez M. Bonda i in. zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

<sup>16</sup> Por. American Psychiatric Association – APA (1994). *Dz.cyt.*, s. 751–753. Mechanizmy obronne wymieniane w DMS-IV zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

<sup>17</sup> Por. J.C. Perry (1993). *Defenses and their effects*. W: N.E. Miller i in. (red.). *Psychodynamic treatment research: A handbook for clinical practice*. New York: Basic Books, s. 277.

<sup>18</sup> Por. J.C. Perry (1994). *Scala di valutazione dei meccanismi di difesa* [tłum. włoskie Defense Mechanisms Rating Scales. Fifth edition]. W: V. Lingiardi, F. Madeddu. *I meccanismi di difesa: Teoria clinica e ricerca empirica*. Milano: Cortina, s. 117–198. Mechanizmy obronne wymieniane w DMRS zostały wyszczególnione niżej w par. 3 niniejszego opracowania.

<sup>19</sup> Por. G.E. Vaillant (1992a). *Art.cyt.*, s. 8–20.

<sup>20</sup> Por. A. Freud (1997), *Ego i mechanizmy obronne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

<sup>21</sup> Por. G.E. Vaillant (1992b). *The need for a uniform nomenclature for defenses*. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanism of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 45.

<sup>22</sup> Por. R. Plutchik (1995). *Art.cyt.*, s. 29.

Innym powodem wspomnianych różnic są też rozbieżności między różnymi autorami w ujmowaniu samego zasięgu procesów psychicznych, dla których można stosować nazwę „mechanizmu obronnego”. I tak, G.E. Vaillant oraz inni autorzy nawiązujący do zapoczątkowanej przez niego tradycji badawczej, zaliczają do procesów obronnych również tzw. mechanizmy dojrzałe (np. altruizm, humor, antycypacja i in.)<sup>23</sup>, podczas gdy inni autorzy, m.in. N. Haan, odrzucają to rozwiązanie, argumentując, że tzw. mechanizmy dojrzałe, jako procesy przeważnie świadome i mające dużą wartość w przystosowaniu, nie mogą być zaliczone do mechanizmów obronnych, które w myśl klasycznej koncepcji psychoanalitycznej reprezentują raczej negatywne i mało pożądane sposoby funkcjonowania psychiki. Mechanizmy dojrzałe powinny być raczej zaliczane do osobnej kategorii stylów radzenia sobie z trudnościami (tzw. *coping styles*)<sup>24</sup>.

Poniżej zostały zamieszczone definicje ważniejszych mechanizmów obronnych. Pochodzą one z *Defense Mechanism Rating Scales* (DMRS) C.J. Perry'ego<sup>25</sup> i zasadniczo odpowiadają określeniom mechanizmów obronnych w *Defensive Functioning Scale* (DFS) w DSM-IV<sup>26</sup>. Definicje te można traktować jako wyraz pewnego kompromisu lub zgody między badaczami należącymi do nurtu psychiatrii psychodynamicznej w odniesieniu do definiowania poszczególnych procesów obronnych.

*Afiliacja* – jednostka stawia czoło konfliktom emocjonalnym oraz wewnętrznym lub zewnętrznym źródłom stresu, szukając wsparcia u innych osób; może w ten sposób zwierzyć się ze swoich problemów, przez co nie czuje się pozostawiona sama sobie ze swoim konfliktem lub problemem; pozwala jej to również uzyskać rady lub konkretną pomoc od osób, u których szuka wsparcia.

*Altruizm* – jednostka zajmuje się potrzebami innych osób, żeby w ten sposób częściowo zaspokoić własne potrzeby; częściowe zaspokojenie własnych potrzeb poprzez altruizm dokonuje się albo w sposób zastępczy, albo jako uzyskanie życzliwości ze strony innych ludzi.

*Sublimacja* – jednostka kanalizuje uczucia lub impulsy potencjalnie groźne dla przystosowania w zachowania akceptowane społecznie (np. kanalizowanie agresji w uprawianie sportu).

*Thumienie* – jednostka świadomie odkłada na jakiś czas myślenie o niepokojących ją problemach, pragnieniach, uczuciach lub doświadczeniach.

*Intelektualizacja* – jednostka ucieka się nadmierne do myślenia abstrakcyjnego w celu uniknięcia kontaktu z niepokojącymi ją uczuciami lub doznaniem.

*Izolacja* – jednostka nie potrafi doświadczyć jednocześnie elementów emocjonalnych i poznawczych danego przeżycia i wyklucza elementy emocjonalne ze swojej świadomości; w wyniku tego procesu traci kontakt z uczuciami związa-

<sup>23</sup> Por. G.E. Vaillant (1971). Art.cyt., s. 111.

<sup>24</sup> Por. N. Haan (1977). Dz.cyt., s. 34–36.

<sup>25</sup> Por. J.C. Perry (1994). Art.cyt., s. 125–197.

<sup>26</sup> Por. American Psychiatric Association – APA (1994). Dz.cyt., s. 755–757.

nymi z danym wydarzeniem (np. wypadkiem lub innym wydarzeniem traumatycznym), pozostaje jednak świadoma elementów poznawczych (np. pewnych szczegółów opisowych).

*Unieważnianie własnego poprzedniego działania* – jednostka wykonuje działania, których celem jest symboliczne naprawienie lub zanegowanie poprzednich myśli, uczuć lub działań.

*Dysocjacja* – jednostka stawia czoło konfliktom emocjonalnym oraz wewnętrznym lub zewnętrznym źródłom stresu przez czasową alterację funkcji integracyjnych świadomości lub tożsamości; dane uczucie lub impuls, którego jednostka sobie nie uświadamia, działa w jej życiu poza jej świadomością.

*Przeniesienie* – jednostka kieruje na jakiś obiekt zewnętrzny (np. na jakąś osobę), postrzegany jako mniej groźny, negatywne uczucia lub agresywne zachowania skierowane pierwotnie ku innemu obiektowi (np. ku innej osobie), postrzeganemu jako bardziej niebezpieczny; jednostka jest w pełni świadoma swoich uczuć i zachowań, nie jest jednak świadoma faktu ich przeniesienia z jednego obiektu na drugi.

*Reakcja upozorowana* – jednostka zastępuje własne myśli lub uczucia (np. w stosunku do jakiejś osoby), których nie jest w stanie zaakceptować (z reguły chodzi o nastawienia wrogie lub negatywne), myślami, uczuciami lub zachowaniami diametralnie przeciwnymi.

*Wypieranie* – jednostka stawia czoło konfliktom emocjonalnym oraz wewnętrznym lub zewnętrznym źródłom stresu w ten sposób, że nie jest w stanie przypomnieć sobie niepokojących ją pragnień, doznań, myśli lub doświadczeń.

*Dewaluacja* – jednostka przypisuje sobie lub innym wyolbrzymione cechy lub właściwości negatywne.

*Idealizacja* – jednostka przypisuje sobie lub innym wyolbrzymione cechy lub właściwości pozytywne.

*Omnipotencja* – jednostka zachowuje się jak gdyby miała szczególne uzdolnienia, możliwości, władzę, siłę itd. w stopniu wyższym niż inni ludzie.

*Projekcja* – jednostka mylnie przypisuje innym osobom własne myśli, uczucia lub impulsy, które są dla niej źródłem zagrożenia i których nie rozpoznaje jako własne.

*Racjonalizacja* – jednostka wynajduje różnego rodzaju uspokajające ją lub korzystne dla niej wyjaśnienia w celu wytłumaczenia własnego zachowania lub zachowań innych osób; wyjaśnienia te jednak nie odpowiadają rzeczywistości.

*Zaprzeczanie* – jednostka nie rozpoznaje pewnych aspektów rzeczywistości zewnętrznej lub własnego doświadczenia, które dla innych ludzi są ewidentne.

*Rozszczepienie* – jednostka postrzega samą siebie lub inne osoby jako całkowicie złych albo jako całkowicie dobrych i nie potrafi zintegrować cech pozytywnych i negatywnych w spójne wyobrażenia; często ta sama osoba jest więc idealizowana lub deprecjonowana.

*Acting out* – jednostka wyraża w sposób niekontrolowany uczucia, pragnienia lub impulsy, nie przejmując się przy tym możliwymi negatywnymi konsekwencjami zarówno na poziomie osobistym, jak i społecznym.

*Agresja bierna* – jednostka wyraża w sposób niebezpośredni i bierny agresję wobec innych osób; fasada pozornej gotowości do współdziałania, udzielenia pomocy itd. maskuje ukryty opór lub niechęć.

### 3. KLASYFIKACJA

W stosunku do mechanizmów obronnych zostały podjęte różne próby ich klasyfikacji lub hierarchicznego uporządkowania. Wydaje się, że najczęściej wykorzystywane są w tym celu następujące dwa kryteria: dojrzałość-niedojrzałość i zdrowie psychiczne-patologia<sup>27</sup>.

- Dojrzałość-niedojrzałość. Kryterium to może być definiowane w sensie czasowym. Mechanizmy są wtedy porządkowane ze względu na chronologię ich pojawiania się w odniesieniu do procesu rozwoju jednostki od dzieciństwa do wieku dorosłego. Może też być definiowane niezależnie od czasu lub wieku pojawiania się mechanizmów, które są wtedy klasyfikowane ze względu na posiadane przez nie cechy jakościowe, np. stopień złożoności, poziom abstrakcji itd. W pierwszym przypadku kryterium dojrzałość-niedojrzałość ma charakter poziomy, w drugi zaś – hierarchiczny. W praktyce wielu autorów utożsamia dojrzałość czasową z dojrzałością definiowaną niezależnie od czasu, przyjmując, że mechanizmy, które pojawiają się wcześniej, są jednocześnie bardziej prymitywne (mniej złożone), reprezentują niższy poziom abstrakcji itd.
- Zdrowie psychiczne-patologia (stopień patologii). Mechanizmy są klasyfikowane hierarchicznie ze względu na ich związek z bardziej lub mniej poważnymi zaburzeniami psychicznymi. Wielu autorów uważa, że kryterium to pokrywa się zasadniczo z kryterium dojrzałość-niedojrzałość, przyjmując, że mechanizmy mniej dojrzałe wykazują związek z poważniejszymi zaburzeniami psychicznymi.

Poniżej zostaną przedstawione ważniejsze, potwierdzone empirycznie klasyfikacje (hierarchie) mechanizmów obronnych. Składającą się z trzech poziomów hierarchiczną klasyfikację, na każdym poziomie po trzy kategorie zachowań obronnych, zaproponowali E.V. Semrad i in. w opracowanej przez nich *Ego Profile Scale*: 1) zachowania narcystyczne: modele zaprzeczania, modele projekcji, modele

---

<sup>27</sup> Por. V. Lingiardi, F. Madeddu (1994). Dz.cyt., s. 8, 15–16; K. Polacek (1996). Art.cyt., s. 118. Inne stosowane kryteria: rzeczywistość – iluzja – porządkuje mechanizmy ze względu na stopień zniekształcania przez nie rzeczywistości (wydaje się, że kryterium to pokrywa się z kryterium stopnia patologii, ponieważ można zakładać, iż mechanizmy, które w większym stopniu zniekształcają rzeczywistość, są jednocześnie bardziej patologiczne); stopień głębokości – klasyfikuje mechanizmy ze względu na mniejszą lub większą trudność, z jaką jednostka może sobie uświadomić ich działanie.

zniekształcania; 2) zachowania afektywne: zachowania kompulsywno-obsesyjne, zachowania hipochondryczne, zachowania neurasteniczne; 3) zachowania neurotyczne: modele dysocjacji, modele somatyzacji, modele alarmującego niepokoju (*anxiety alert patterns*). Klasyfikacja ta powstała na podstawie obserwacji pacjentów psychiatrycznych i wykorzystuje kryterium stopnia patologii: procesy obronne na wyższych poziomach wykazują związek z mniej poważnymi zaburzeniami<sup>28</sup>. Podobną, składającą się również z trzech poziomów hierarchię, opartą na kryterium stopnia patologii pokrywającym się z kryterium dojrzałość-niedojrzałość, zaproponowali A.M. Jacobson i in. w *Ego Defense Mechanisms Manual*: 1) mechanizmy niedojrzałe: acting out, unikanie, przeniesienie, projekcja, zwracanie się przeciwko sobie; 2) mechanizmy pośrednie: zaprzeczanie, racjonalizacja, wypieranie; 3) mechanizmy dojrzałe: altruizm, ascetyzm, intelektualizacja, tłumienie<sup>29</sup>.

Jedną z najważniejszych klasyfikacji mechanizmów obronnych jest hierarchia zaproponowana przez G.E. Vaillanta. Ma ona korzenie psychoanalityczne i wykorzystuje kryterium dojrzałość-niedojrzałość oraz nakładające się na nie kryterium stopnia patologii. G.E. Vaillant wyróżnia cztery poziomy mechanizmów o wzrastającej dojrzałości i jednocześnie o zmniejszającym się stopniu patologii: 1) mechanizmy narcystyczne: psychotyczne zaprzeczanie, projekcja delirująca, zniekształcanie rzeczywistości; 2) mechanizmy niedojrzałe: fantazjowanie, projekcja, agresja bierna, hipochondria, acting out; 3) mechanizmy neurotyczne: intelektualizacja, wypieranie, reakcja upozorowana, przeniesienie, dysocjacja; 4) mechanizmy dojrzałe: altruizm, tłumienie, humor, antycypacja, sublimacja<sup>30</sup>. Klasyfikacja G.E. Vaillanta powstała jako model teoretyczny, ale otrzymała wiele potwierdzeń empirycznych. Jej rozwinięciem jest siedmiopoziomowa hierarchia mechanizmów w *Defense Mechanism Rating Scales* (DMRS) J. C. Perry'ego: 1) mechanizmy działania: acting out, agresja bierna, hipochondria; 2) mechanizmy borderline: rozszczepianie, identyfikacja projekcyjna; 3) mechanizmy zaprzeczania: zaprzeczanie, projekcja, racjonalizacja; 4) mechanizmy narcystyczne: omnipotencja, idealizacja, dewaluacja; 5) inne mechanizmy neurotyczne: wypieranie, dysocjacja, reakcja upozorowana, przeniesienie; 6) mechanizmy obsesyjne: izolacja, intelektualizacja, unieważnianie własnego poprzedniego działania; 7) mechanizmy dojrzałe: afiliacja, altruizm, antycypacja, humor, samoafirmacja, samoobserwacja, sublimacja, tłumienie<sup>31</sup>. Z klasyfikacją reprezentowaną przez DMRS J.C. Perry'ego pokrywa się w zasadzie klasyfikacja mechanizmów w *Defense Functioning Scale* (DFS), zamieszczonej w DMS-IV. Zostało jednak wprowadzonych kilka zmian: mechanizmy neurotyczne i obsesyjne ze skali J.C. Perry'ego zostały połączone w DFS w jeden poziom obronny, który otrzymał nazwę poziomu zahamowań psy-

<sup>28</sup> Por. E.V. Semrad, L. Grinspoon, S.E. Feinberg (1973). Art.cyt., s. 71–72.

<sup>29</sup> Por. A.M. Jacobson i in. (1992b). Art.cyt. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanism of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 261–278.

<sup>30</sup> Por. G.E. Vaillant (1971). Art.cyt., s. 111.

<sup>31</sup> Por. J.C. Perry (1994). Art.cyt., s. 124.



chicznych (lub formacji kompromisu); poniżej poziomu mechanizmów działania został dodany nowy poziom rozregulowania obronnego, w którego skład weszły trzy nowe mechanizmy: projekcja delirująca, psychotyczne zaprzeczanie i psychotyczne zniekształcanie rzeczywistości; ponadto, do mechanizmów działania dodany został nowy mechanizm apatycznego odwracania się od rzeczywistości (*apathetic withdrawal*)<sup>32</sup>.

Do tradycji badawczej zapoczątkowanej przez G. E. Vaillanta należy również czynnikowa klasyfikacja mechanizmów obronnych M. Bonda i in. Autorzy ci poddali analizie czynnikowej wyniki administracji (n=209) opracowanego przez nich *Defense Style Questionnaire*. Otrzymano cztery czynniki, nazwane następnie stylami obronnymi, obejmujące 14 spośród 24 mierzonych przez DSQ mechanizmów: styl 1 – *maladaptive action defenses*: acting out, agresja bierna, regresja, odwracanie się od rzeczywistości, zahamowanie, projekcja; styl 2 – *image-distorting defenses*: omnipotencja-dewaluacja, prymitywna idealizacja, rozszczepianie; styl 3 – *self-sacrificing defenses*: pseudoaltruizm, reakcja upozorowana; styl 4 – *adaptive defenses*: humor, tłumienie, sublimacja. Pozostałe dziesięć mechanizmów mierzonych przez DSQ: zachowania „jak-gdyby” (*as-if behavior*), lgnięcie (*clinging*), zaprzeczanie, przeniesienie, dysocjacja, identyfikacja, intelektualizacja, wypieranie, somatyzacja, zwracanie się przeciwko sobie<sup>33</sup>.

Hierarchia G.E. Vaillanta i nawiązujące do niej klasyfikacje zakładają, że mechanizmy na niższych poziomach są mniej dojrzałe i równocześnie bardziej patologiczne, to jest wykazują związek z poważniejszymi zaburzeniami psychicznymi. V. Lingiardi i F. Madeddu zauważają jednak, że może to być prawda zasadniczo dla osób dorosłych, ponieważ dzieci i młodzież w wieku dorastania stosują różne mechanizmy obronne w różnych fazach ich rozwoju psychicznego. Na przykład stosowanie niedojrzałego mechanizmu obronnego przez dziecko (np. zaprzeczania) należy inaczej oceniać niż stosownie tego samego mechanizmu przez osobę dorosłą. Wynika z tego, że praktycznie dla każdej fazy rozwoju psychicznego, szczególnie w pierwszych fazach rozwojowych, należałoby opracować różne hierarchie procesów obronnych opierających się na kryteriach dojrzałość-niedojrzałość i stopień patologii<sup>34</sup>.

Odmienne od przedstawionych podejście do klasyfikacji mechanizmów obronnych reprezentuje N. Haan, która zamiast hierarchicznie uporządkowanych poziomów obronnych rozróżnia trzy rodzaje procesów Ja: procesy radzenia sobie z trudnościami (*coping*), procesy obronne i procesy fragmentacji. Do procesów obronnych autorka ta zalicza: izolację, intelektualizację, racjonalizację, wątpienie, projekcję, regresję, zaprzeczanie, przeniesienie, reakcję upozorowaną i wypieranie<sup>35</sup>.

<sup>32</sup> Por. Psychiatric Association – APA (1994). Dz.cyt., s. 751–757.

<sup>33</sup> Por. Bond, S.T. Gardner, J. Christian, J. Sigal (1983). Art.cyt., s. 333–338.

<sup>34</sup> Por. V. Lingiardi, F. Madeddu (1994). Dz.cyt., s. 12–15.

<sup>35</sup> Por. N. Haan (1977). Dz.cyt., s. 34–41.

## 4. STOSOWANE METODY POMIAROWE

Przy pomiarze mechanizmów największą trudność stanowi rozpoznanie samego faktu ich działania, czyli tego, czy są one w ogóle w akcji. Ponieważ mechanizmy obronne są z definicji konstruktami teoretycznymi, mogą być one rozpoznane tylko pośrednio na podstawie analizy widzialnych zachowań i treści komunikacji słownych danej osoby<sup>36</sup>.

Zasadniczo w badaniach nad mechanizmami obronnymi wykorzystywane są dwa rodzaje metod pomiarowych: skale do oceny materiału zebranego w czasie rozmowy klinicznej oraz kwestionariusze do samooceny<sup>37</sup>. Zaletą pierwszej z nich jest bogactwo dostarczanych danych, dzięki czemu można uchwycić bardzo subtelne aspekty procesów obronnych, które chociaż obecne, mogą znajdować się poza świadomością danej osoby. Problemem jest jednak osiągnięcie zadowalającego poziomu zgody między oceniającymi ekspertami, duża różnorodność danych wynikająca ze stylu rozmowy klinicznej i stosowanej metody obserwacji, czasochłonność procesu oceny oraz wymóg odpowiedniego przygotowania ekspertów. Metoda wykorzystująca kwestionariusze do samooceny omija problem osiągnięcia zadowalającej zgody między ekspertami, skraca wydatnie czas i koszt badania. Jej wadą jest jednak to, że osobie wypełniającej kwestionariusz zostaje przedstawiona jedynie ograniczona liczba standaryzowanych twierdzeń, a uzyskane wyniki mogą zawierać pewne zniekształcenia, np. zniekształcenie powodowane przez lęk osoby badanej przed negatywną opinią badacza<sup>38</sup>.

W związku z pomiarem mechanizmów obronnych za pomocą kwestionariuszy do samooceny nasuwa się pytanie: w jaki sposób za pomocą tej metody można ująć przeważnie nieświadome procesy, jakimi są mechanizmy obronne? Udzielając odpowiedzi na to pytanie, M. Bond przedstawia dwa założenia, na których opiera się pomiar mechanizmów metodą testu. Po pierwsze, w pewnych sytuacjach stosowane przez daną osobę mechanizmy mogą chwilowo zawieść. Osoba staje się wówczas świadoma nieakceptowanych przez siebie impulsów i swoich zwyczajnych sposobów obrony przed nimi. Po drugie, często inni ludzie mogą wskazać danej osobie stosowane przez nią mechanizmy, np. wypowiadając się głośno na temat jej zachowania<sup>39</sup>.

<sup>36</sup> Por. R. Plutchik (1995). Art.cyt., s. 14.

<sup>37</sup> Rzadziej stosowane są też testy projekcyjne, np. *Test Apercepcji Tematycznej* (TAT).

<sup>38</sup> Por. A.M. Jacobson, W. Beardslee, E. Gelfand, S.T. Hauser, G.G. Noam, S.I. Powers (1992a). An approach to evaluation adolescent ego defense mechanisms using clinical interview. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanism of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 183; A.W. Safyer, S.T. Hauser (1995). A developmental view of defenses: Empirical approaches. W: H.R. Conte, R. Plutchik (red.). *Ego defenses: Theory and measurement*. New York: Wiley, s. 122–123.

<sup>39</sup> Por. M. Bond (1992). An empirical study of defensive styles: The Defense Style Questionnaire. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 131.

Do najbardziej znanych skal do oceny materiału zebranego w czasie rozmowy klinicznej należą: *Ego Defense Mechanisms Manual* A.M. Jacobsona i in. oraz *Defense Mechanism Rating Scale* J.C. Perry'ego. Natomiast najbardziej znane kwestionariusze do samooceny, to: *Defense Mechanisms Inventory* D. Ihilevicha i G.C. Glesera, *Defense Style Questionnaire* M. Bonda i in. oraz *Ego Profile Scale* E.V. Semrada i in.<sup>40</sup>.

## 5. PRZEGLĄD WAŻNIEJSZYCH BADAŃ NAD MECHANIZMAMI OBRONNYMI

Większość badań empirycznych nad mechanizmami obronnymi pochodzi z ostatnich trzydziestu lat. Dotyczą one zmian, jakie zachodzą w ich stosowaniu na przestrzeni życia ludzkiego, związku z zaburzeniami psychicznymi oraz z takimi zmiennymi, jak: płeć, pochodzenie etniczne i jakość klimatu rodzinnego w dzieciństwie.

### 5.1. Rozwój mechanizmów obronnych

Podstawą koncepcji rozwoju mechanizmów obronnych jest przekonanie, że niektóre z nich są bardziej prymitywne lub niedojrzałe, inne natomiast są bardziej złożone lub dojrzałe. Stąd też przyjmuje się, że analogicznie do innych funkcji psychicznych, jak np. funkcje poznawcze lub osąd moralny, mechanizmy obronne bardziej prymitywne lub niedojrzałe pojawiają się w pierwszej kolejności w młodszych fazach rozwojowych, natomiast mechanizmy bardziej złożone lub dojrzałe pojawiają się później<sup>41</sup>.

Niektórzy autorzy z kręgu psychoanalizy łączą rozwój pierwszych mechanizmów obronnych z różnymi rodzajami funkcjonowania biologiczno-refleksologicznego małego dziecka, np. uważa się, że fizjologicznym prekursorem mechanizmu zaprzeczania jest zamykanie oczu, projekcji – wymiotowanie, introjekcji – połykanie pożywienia. Każdy mechanizm obronny miałby więc swoją historię naturalną, która poprzez ciągle wewnętrzne restrukturyzacje tworzyłaby continuum od poziomu biologicznego do poziomu społecznego<sup>42</sup>.

A.W. Safyer i S.T. Hauser dokonali krótkiego zestawienia badań nad rozwojem mechanizmów w pierwszych fazach rozwojowych. Rozpatrywano w nich stosowanie różnych mechanizmów obronnych przez różne grupy wiekowe lub grupy rozwoju poznawczego. Badania te wydają się potwierdzać pewną hierar-

---

<sup>40</sup> Wśród znanych kwestionariuszy do samooceny przeznaczonych do pomiaru mechanizmów obronnych należy wymienić również *Life Style Index* R. Plutchika i in. Kwestionariusz ten reprezentuje jednak nie psychodynamiczne, ale socjobiologiczne podejście do mechanizmów obronnych.

<sup>41</sup> Por. P. Cramer (1987). The development of defense mechanisms. W: *Journal of Personality*, 55, s. 598.

<sup>42</sup> Por. V. Lingiardi, F. Madeddu (1994). Dz.cyt., s. 19.

chę rozwojową mechanizmów obronnych, przynajmniej w odniesieniu do zaprzeczania, projekcji i identyfikacji. Mechanizmem najbardziej prymitywnym, charakterystycznym dla wczesnego dzieciństwa, jest zaprzeczanie. Projekcja, mechanizm bardziej dojrzały, jest najczęściej widoczny u dzieci w wieku szkolnym i w pierwszej fazie adolescencji. Identyfikacja, najbardziej dojrzała spośród trzech wymienionych, jest charakterystyczna dla okresu późnej adolescencji<sup>43</sup>.

Wśród badań nad rozwojem mechanizmów obronnych u osób dorosłych na szczególną uwagę zasługują prace G.V. Vaillanta, w których zostały wykorzystane dane podłużne obejmujące okres ponad trzydziestu lat (dorośli, psychicznie zdrowi mężczyźni). Autor ten porównał stosowanie mechanizmów objętych jego hierarchicznym modelem przez te same osoby w różnych okresach życia: w późnej adolescencji (wiek poniżej 20 lat), w wieku od 20 do 35 lat i w wieku średnim (powyżej 35 lat). Porównanie to wykazało, że wraz ze wzrostem wieku zwiększa się stosowanie mechanizmów określanych w jego hierarchii jako dojrzałe, maleje natomiast stosowanie mechanizmów niedojrzałych. Nie zostały natomiast zaobserwowane istotne zmiany w stosowaniu mechanizmów neurotycznych<sup>44</sup>.

G.V. Vaillant prowadził też obserwacje kliniczne zmian w stosowaniu mechanizmów w wyniku rozwoju psychicznego i procesu zdrowienia z zaburzeń psychicznych. Rodzaj tych zmian świadczy jego zdaniem raczej o ewolucji od mechanizmów bardziej prymitywnych i patologicznych do bardziej dojrzałych i mniej patologicznych niż o zastępowaniu jednych przez drugie. Stwierdził on ponadto, że można zaobserwować pewne ścieżki rozwojowe procesów obronnych, gdzie dany mechanizm ewoluuje w pewne formy bardziej dojrzałe, ale nie w inne (np. zaprzeczanie – wypieranie lub dysocjacja – tłumienie, zaprzeczanie lub zniekształcanie rzeczywistości – projekcja – intelektualizacja)<sup>45</sup>. Zdaniem G.V. Vaillanta do czynników wspomagających ewolucyjne przejście od mechanizmów mniej dojrzałych do bardziej dojrzałych należą procesy dojrzewania psychobiologicznego oraz bliskie relacje z osobami, które mogą służyć za pozytywne modele zachowania (np. żona, mąż, terapeuta itd.) oraz wsparcie ze strony innych osób<sup>46</sup>.

M. Bond i in. zbadali związek czterech stylów obronnych mierzonych przez *Defense Style Questionnaire* z miarami rozwoju i siły ego. Najsilniejszy negatywny związek z wysokim poziomem rozwoju i siły ego wykazał styl *maladaptive action defenses*, nieco słabszy związek negatywny – style *image-distorting defenses* i *self-sacrificing defenses*. Istotny związek pozytywny wykazał natomiast styl *adaptive defenses*. Zdaniem autorów otrzymane wyniki wskazują na istnienie rozwoju od mechanizmów bardziej prymitywnych lub niedojrzałych w kierunku mechanizmów

<sup>43</sup> Por. A. W. Safyer, S. T. Hauser (1995). Art.cyt., s. 128–130.

<sup>44</sup> Por. G.E. Vaillant (1976). Natural history of male psychological health. V. The relation of choice of Ego mechanisms of defense to adult adjustment. W: *Archive of General Psychiatry*, 33, s. 543.

<sup>45</sup> Por. tenże (1971). Art.cyt., s. 112–115.

<sup>46</sup> Por. tenże (1976). Art.cyt., s. 544.

bardziej dojrzałych. Ponadto, rozwój ten zachodzi równolegle do rozwoju zdolności konstruktywnego radzenia sobie z sytuacjami życiowymi określanej przez poziom rozwoju i siłę ego<sup>47</sup>. Podobne rezultaty uzyskali A.M. Jacobson i in., stosując *Ego Defense Mechanisms Manual* dla młodzieży w wieku dorastania: mechanizmy z poziomów mniej dojrzałych wykazywały związek z niskim poziomem rozwoju ego, natomiast mechanizmy dojrzałe - z wysokim poziomem rozwoju ego<sup>48</sup>.

Podsumowując, można stwierdzić, że przeprowadzone do tej pory badania potwierdzają koncepcję, według której w ramach ogólnego procesu dojrzewania psychicznego dokonuje się również bardziej specyficzny proces dojrzewania mechanizmów obronnych. W trakcie tego procesu formy bardziej prymitywne lub niedojrzałe zostają stopniowo zastępowane przez formy bardziej złożone lub dojrzałe. Proces ten zachodzi nie tylko w pierwszych fazach rozwojowych dzieciństwa i adolescencji, ale również w okresie życia dorosłego. Nie jest jednak pewne, czy w toku dojrzewania do mechanizmów mniej dojrzałych po prostu dołączają się mechanizmy bardziej dojrzałe, które potem przy normalnym rozwoju są stosowane coraz częściej, czy też formy bardziej pierwotne ewoluują w kierunku form późniejszych.

## 5.2. Związek mechanizmów obronnych z zaburzeniami psychicznymi

Jednym z ważniejszych zagadnień dotyczących mechanizmów obronnych jest problem ich związku z zaburzeniami psychicznymi. Problem ten można sprecyzować w postaci następujących pytań: czy mechanizmy obronne są zawsze patologiczne? Czy może tylko niektóre mechanizmy są patologiczne, natomiast inne nie są takie? Czy też może żaden mechanizm obronny nie jest sam w sobie patologiczny, ale każdy może być stosowany w sposób sprzyjający powstawaniu zaburzeń?<sup>49</sup>. Pytania te dotyczą przede wszystkim tych mechanizmów, które nie podpadają pod kategorię tzw. mechanizmów dojrzałych, co do których istnieje zgoda, poparta także badaniami, że pełnią one zasadniczo pozytywną rolę w zakresie zdrowia psychicznego.

Przeprowadzono szereg badań nad związkami mechanizmów z zaburzeniami psychicznymi. Procesy obronne zostały skonfrontowane między innymi z takimi zmiennymi, jak: ogólny poziom przystosowania, ogólny poziom zdrowia psychicznego, poziom dojrzałości psychospołecznej, subiektywne poczucie szczęścia lub zadowolenia z życia, poziom zadowolenia z pożycia małżeńskiego, stabilność

---

<sup>47</sup> Por. M. Bond, S. T. Gardner, J. Christian, J. Sigal (1983). Art.cyt., s. 336.; zob. też. M. Bond (1992). Art.cyt.; tenże (1995). *The Development and properties of the Defense Style Questionnaire*. W: H.R. Conte, R. Plutchik (red.). *Ego defenses: Theory and mesurment*. New York: Wiley, s. 202–220.

<sup>48</sup> Por. A.M. Jacobson, W. Beardslee, E. Gelfand, S.T. Hauser, G.G. Noam, S.I. Powers (1992a). Art.cyt., s. 190.

<sup>49</sup> Por. V. Lingiardi, F. Madeddu (1994). Dz.cyt., s. 20.

pożycia małżeńskiego, sukces zawodowy lub poziom zadowolenia z pracy, subiektywny i obiektywny poziom zdrowia fizycznego, siła ego, otyłość, ekstremistyczne postawy polityczne, problemy z alkoholem i narkotykami, diagnozowane zaburzenia osobowości, różne rodzaje zaburzeń psychicznych (m.in. depresja) i in.<sup>50</sup>. Ze względu na wielość badań ich wyniki nie będą tutaj omawiane szczegółowo, ale zostaną zebrane i przedstawione wynikające z nich wnioski ogólne. Ponieważ większość badań została przeprowadzona w odniesieniu do omówionych wyżej w par. 3 hierarchicznych klasyfikacji mechanizmów obronnych, które generalnie zakładają, że kryterium dojrzałość-niedojrzałość pokrywa się z kryterium stopnia patologii – wnioski te zostaną sformułowane w odniesieniu do poziomu dojrzałości mechanizmów.

- Różne mechanizmy obronne łączą się w różnym stopniu z zaburzeniami psychicznymi. Mechanizmy bardziej dojrzałe (to jest na wyższych poziomach klasyfikacji, zbliżających się do poziomu mechanizmów dojrzałych) wykazują mniejszy związek z zaburzeniami psychicznymi w porównaniu z mechanizmami mniej dojrzałymi (to jest usytuowanymi na niższych poziomach).

---

<sup>50</sup> Zob. S.L. Ablon, G.A. Carlson, F.K. Goowin (1974). Ego defense patterns in manic-depressive illness. W: *American Journal of Psychiatry*, 131, s. 803–807; M. Bond, J. Sagala-Vaillant (1986). An empirical study of the relation between diagnosis and defense style. W: *Archive of General Psychiatry*, 43, s. 285–288; H.R. Conte, A. Apter (1995). The Life Style Index: A self report measure of Ego defenses. W: H.R. Conte, R. Plutchik (red.). *Ego defenses: Theory and measurement*. New York: Wiley, s. 179–201; A.M. Jacobson, W. Beardslee, E. Gelfand, S.T. Hauser, G.G. Noam, S.I. Powers (1992). An approach to evaluation adolescent ego defense mechanisms using clinical interview. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*, Washington: American Psychiatric Press, s. 181–194; R.F. Morrissey (1977). The Haan model of Ego functioning: An assessment of empirical research. W: N. Haan (red.). *Coping and defending: Processes of self-environment organisation*, New York: Academic Press, s. 250–279; J.C. Perry, S.H. Cooper (1989). An empirical study of defense mechanisms. W: *Archive of General Psychiatry*, 46, s. 444–452; P.R. Sammallahiti, M.J. Holi, E.J. Komulainen, V.A. Aalberg (1996). Comparing two self-reported measures of coping: The Sense of Coherence Scale and the Defense Style Questionnaire. W: *Journal of Clinical Psychology*, 52, s. 517–524; E.V. Semrad, L. Grinspoon, S.E. Feinberg (1973). Development of an Ego Profile Scale. W: *Archive of General Psychiatry*, 28, s. 70–77; G.E. Vaillant (1971). Theoretical hierarchy of adaptive Ego mechanism: A 30-year follow-up of 30 men selected for psychological health. W: *Archive of General Psychiatry* 24, s. 107–118; tenze (1976). Natural history of male psychological health. V. The relation of choice of Ego mechanisms of defense to adult adjustment. W: *Archive of General Psychiatry* 33, s. 535–545; G.E. Vaillant, R.E. Drake (1985). Maturity of Ego defenses in relation to DSM III axis II personality disorders. W: *Archive of General Psychiatry*, 42, s. 597–601; G.E. Vaillant, C.O. Vaillant (1992). Empirical evidence that defensive styles are independent of environmental influence. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*, Washington: American Psychiatric Press, s. 105–126; G.E. Vaillant, M. Bond, C.O. Vaillant (1986). An empirically validated hierarchy of defense mechanisms. W: *Archive of General Psychiatry*, 43, s. 786–794.

- Osoby o wyższych wskaźnikach zdrowia psychicznego cechuje częstsze stosowanie mechanizmów dojrzałych w porównaniu z osobami o niższych wskaźnikach zdrowia psychicznego<sup>51</sup>.
- Częste stosowanie mechanizmów mniej dojrzałych koreluje pozytywnie z obecnością różnego rodzaju zaburzeń psychicznych. W niektórych badaniach otrzymano korelacje między konkretnymi mechanizmami a diagnozowanymi zaburzeniami psychiatrycznymi, między innymi zaburzeniami osobowości. Wydaje się jednak, że na razie z faktu stosowania przez daną osobę konkretnych mechanizmów obronnych nie można bezbłędnie wnioskować o obecności konkretnego zaburzenia lub syndromu psychiatrycznego.
- Chociaż mechanizmy mniej dojrzałe mają zasadniczo mniejszą wartość dla zdrowia psychicznego, to mogą mieć pozytywne znaczenie w niektórych fazach rozwojowych (np. w dzieciństwie i w wieku dorastania), a także w sytuacjach szczególnie stresujących, które przewyższają poziom odporności psychicznej danej osoby. Niemniej, w tym ostatnim przypadku przedłużanie się sytuacji stresującej i przedłużanie się stosowania niedojrzałych mechanizmów obronnych może okazać się na dłuższą metę negatywne, np. u osób chorych na raka lub na AIDS zauważa się stosowanie prymitywnego i niedojrzałego mechanizmu zaprzeczania w pierwszej fazie choroby. Mechanizm ten pełni wówczas funkcję ochronną, pomaga przygotować się choremu, stopniowo i zgodnie z jego własnym rytmem, na nową i straszną dla niego sytuację, jaką jest niebezpieczeństwo śmierci. Należy jednak zauważyć, że obsesyjne zaprzeczanie może okazać się dla chorego szkodliwe, jeśli przyczynia się do unikania przez niego leczenia.

### 5.3. Mechanizmy obronne a niektóre zmienne personalne

*Mechanizmy a płeć.* Problem, który przyciągnął szczególną uwagę badaczy, dotyczy istnienia ewentualnych różnic w stosowaniu mechanizmów obronnych przez kobiety i mężczyzn. Wyniki przeprowadzonych badań wskazują, że różnice takie można już zaobserwować u dzieci i u młodzieży w okresie adolescencji: chłopcy stosują w większym stopniu mechanizmy skierowane na zewnątrz (np. projekcja), a dziewczęta – mechanizmy skierowane do wewnątrz (np. zwracanie się przeciwko sobie). Różnice te są jeszcze bardziej wyraźne u osób dorosłych<sup>52</sup>.

Wydaje się jednak, że stosowanie mechanizmów skierowanych na zewnątrz lub do wewnątrz uzależnione jest bardziej od męskiego lub kobiecego psychospołecznego komponentu osobowości niż od płci biologicznej. Na przykład P. Cramer i T. Carter oraz S.J. Frank i in., którzy prowadzili badania przy zastosowaniu *De-*

---

<sup>51</sup> Został również stwierdzony pozytywny związek między stosowaniem mechanizmów dojrzałych i lepszym poziomem zdrowia fizycznego. Związek ten zanika jednak od około 65 roku życia.

<sup>52</sup> Por. A.W. Safyer, S.T. Hauser (1995). Art.cyt., s. 130–131.

*fense Mechanisms Inventory* D. Ihilevicha i G.C. Glesera, stwierdzili, że mężczyźni z cechami kobiecymi otrzymują wyższe wyniki na skalach mierzących mechanizmy skierowane do wewnątrz (zwracanie się przeciwko sobie, odwoływanie się do zasad) i niższe wyniki na skali mierzącej projekcję w porównaniu z mężczyznami z cechami męskimi. Podobnie kobiety z cechami męskimi otrzymują wyższe wyniki na skalach mierzących mechanizmy skierowane na zewnątrz (agresja wobec obiektu i projekcja) w porównaniu z kobietami z cechami kobiecymi<sup>53</sup>.

*Mechanizmy a pochodzenie etniczne.* G.E. Vaillant i C.O. Vaillant zajęli się zagadnieniem związku między kulturą pochodzenia a stosowanymi mechanizmami obronnymi. Autorzy ci porównali stosowanie mechanizmów obronnych w grupie osób, których rodzice urodzili się we Włoszech oraz w grupie osób, których rodzice urodzili się w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie i Wielkiej Brytanii (tzw. WASP – *White Anglo-Saxon Protestant*). Zasadniczo nie zostały stwierdzone różnice w stosowaniu mechanizmów obronnych przez osoby należące do dwóch wymienionych grup etnicznych. Jedyna różnica dotyczyła mechanizmu dysocjacji używanego przez istotnie większy procent WASP<sup>54</sup>.

*Mechanizmy a atmosfera rodzinna w dzieciństwie.* Zmienna ta była konfrontowana z mechanizmami obronnymi w badaniach podłużnych przeprowadzonych przez wielu autorów, którzy starali się odpowiedzieć na pytanie, czy ciepły klimat rodzinny w dzieciństwie wykazuje związek ze stosowaniem bardziej dojrzałych mechanizmów w okresie życia dorosłego? Generalnie, został stwierdzony tylko niewielki związek między ciepłą atmosferą rodzinną w dzieciństwie i stosowaniem mechanizmów bardziej dojrzałych w wieku dorosłym oraz między chłodną atmosferą rodzinną i stosowaniem mechanizmów mniej dojrzałych<sup>55</sup>.

\* \* \*

Przedstawione wyniki badań nad mechanizmami obronnymi, a szczególnie nad ich rozwojem oraz związkami z zaburzeniami psychicznymi, sprawiają, że diagnoza stosowanych przez daną osobę procesów obronnych nabiera szczególnego znaczenia w psychologii klinicznej, psychoterapii oraz w wychowaniu dzieci i młodzieży. Znajomość mechanizmów stosowanych przez daną osobę może

---

<sup>53</sup> Por. P. Cramer, T. Carter (1978). The relationship between sexual identification and the use of defense mechanisms. W: *Journal of Personality Assessment*, 42, s. 70–72; S.J. Frank, A.M. McLaughlin, A. Crusco (1984). Sex role attributes, symptom distress, and defensive style among college men and women. W: *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, s. 185–188.

<sup>54</sup> Por. G.E. Vaillant, C.O. Vaillant (1992). Empirical evidence that defensive styles are independent of environmental influence. W: G.E. Vaillant (red.). *Ego mechanism of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press, s. 122–124.

<sup>55</sup> Por. G.E. Vaillant (1976). Art.cyt., s. 544; G.E. Vaillant, R.E. Drake (1985). Maturity of Ego defenses in relation to DSM III axis II personality disorders. W: *Archive of General Psychiatry*, 42, s. 600–601; G.E. Vaillant, C.O. Vaillant (1992). Art.cyt., s. 119–120.



stanowiąc szczególnie cenną informację w procesie wychowania lub psychoterapii. Wychowawca lub terapeuta mogą dokonać oceny adekwatności stosowanych mechanizmów w stosunku do stadium rozwojowego, na którym dana osoba się znajduje. Na bazie tej oceny możliwa jest następnie modyfikacja mechanizmów mniej właściwych dla danego wieku i promocja mechanizmów bardziej dojrzałych. Zmiana mechanizmów w kierunku ich większej dojrzałości i większej wartości dla zdrowia psychicznego może przyczynić się do polepszenia wzajemnych stosunków między ludźmi, może okazać się też ważnym elementem w zapobieganiu nieprzystosowania i patologii<sup>56</sup>.

## DEFENSE MECHANISMS IN THE PSYCHODYNAMIC APPROACH

### Summary

In the last thirty years many empirical studies on defense mechanisms have been carried out which considerably increased our knowledge concerning this aspect of the psychic life. The purpose of the present paper is to outline main directions of theoretical reflection and empirical research conducted in the psychodynamic psychiatry research tradition where psychoanalytical conception of defenses is assumed. Because of that there are not discussed here problems connected to cognitive or learning theory conceptions of defense processes. After explanation of the concept of defense mechanism the issues of number and classification of defenses and principal methods of measurement are discussed. Subsequently, the results of studies concerning development and connections to mental illnesses of defense mechanisms, and relation of defenses to such personal variables as sex, ethnical background and family climate in childhood are presented.

**Nota o Autorze:** ks. dr **PIOTR MARCHWICKI SDB** – wykładowca psychologii na Wydziale Teologicznym Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz w WSD Towarzystwa Salezjańskiego w Krakowie. Zajmuje się psychologią kliniczną i osobowości oraz psychologią religii.

**Słowa kluczowe:** mechanizmy obronne, procesy obronne, psychiatria psychodynamiczna.

---

<sup>56</sup> Jeśli chodzi o samą możliwość modyfikacji mechanizmów obronnych, D. Ihilevich i G.C. Gleser opracowali strategię mającą na celu zmianę mechanizmów mierzonych przez ich *Defense Mechanisms Inventory*. Według tych autorów można zredukować np. stosowanie mechanizmów agresywnych, pomagając danej osobie zdać sobie sprawę z tego, że stosuje je ona w niewłaściwy sposób w celu wzmocnienia poczucia własnej wartości lub żeby bronić się przed odrzuceniem ze strony innych ludzi. Zob. D. Ihilevich, G.C. Gleser (1991). *Defense mechanisms: Their classification, correlates and measurement with the Defense Mechanisms Inventory*. Owosso: DMI Associates.