

I./2.6.: A betegség okozta stresszel való megbirkózás tudattalan formái, védekező mechanizmusok

A védekező mechanizmusok fogalmát, fajtáit rendszerbefoglalva először Anna Freud fejtette ki (Freud, 1996). Jelen fejezetben nem törekszünk a fogalom történetének, különféle értelmezéseinek bemutatására. A fejezet célja a védekező mechanizmus alapkoncepciójának megismertetése és a tagadás nevű védekező mechanizmus részletes bemutatása.

A védekező mechanizmusok jellemzői (Vaillant 1993):

1. A védekezésnek nincs tudatában az egyén. Az elme megcsalja az egyént, a konfliktus és a szenvedés csökkentése céljából.
2. A védekezés természeténél fogva torzítja a belső vagy a külső valóságot. A torzítás mértéke és a torzított tartalom függ a védekezés típusától, bizonyos védekezések az ösztönkésztetések, vágyak tudatosulását akadályozzák, mások a külső valóságot és a társas kapcsolatokat torzítják.
3. Az elhárítások következményei furcsának tűnhetnek a külső megfigyelők számára, azonban az elszennvedő alany észre sem veszi működésüket. Az orvos döntése, hogy ráirányítja-e beteg figyelmét a valóságtorzító folyamatra.
4. Az elhárítások kreatívak. Az elme a valóságtól eltérő új érzékelést alkot.
5. Az elhárítás hátterében pszichológiai konfliktus áll. A pszichológiai konfliktus lényege az, hogy a szervezetben működő motivációs rendszerek céljai, a kulturálisan elsajátított normák és a valóság egyszerre nem összeegyeztethető, ezek között konfliktus lép fel. A védekezés révén az elmében ezek egy része tudatosul, más részük tudattalan marad.
6. A védekezések adaptívak és nem feltétlenül patológikusak. Bizonyos védekezések adaptívabbak. A védekezések ez elme önkéntelen működésmódjai.



Nézz meg a videót, és azonosítsa a beteg tagadásra utaló korábbi élményeit!

Tagadás az egyik leggyakoribb védekezési forma a betegségek esetében. A tagadás során a betegnél a betegségével kapcsolatos élmények egy része nem tudatosul, vagy letagadja azokat maga előtt.

Tipikus formái a tagadásnak:

1. Tagadja a diagnózist.
2. Nem fogja fel a tünetei következményeit, vagy minimalizálja helyzeté súlyosságát.
3. Elkerüli a kezelést
4. Nem mutat érzelmi reakciót a betegség hírére (Nézz meg a videót!).

Irodalom



FREUD A: Az én és az elhárító mechanizmusok. Budapest: Párbeszéd könyvek, 1996.

GROVES MS, MUSKIN PR: Psychological responses to illness. In: Levenson JL, editor. Textbook of

Psychosomatic Medicine. Washington DC: American Psychiatric Publishing, 2005: 67-88.

VAILLANT GE: The Wisdom of the Ego. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1993.