



WSPÓŁCZESNE UJĘCIE MECHANIZMÓW OBRONNYCH

Odniesienie mechanizmów obronnych – uważanych zazwyczaj za nieświadome i wiązanych często z psychopatologią – do procesów samoregulacji wydawać się może początkowo trudne. Trudność owa wiąże się z tym, że większość zarówno teoretycznego, jak i opartego na rezultatach empirycznych namysłu nad samoregulacją skupia się na umiejętnościach „świadomych, skoncentrowanych na rozumowaniu oraz potencjalnie wyczuwalnych” (Karoly, 1993, s. 39), a więc na umiejętnościach posiadających charakterystyki całkowicie przeciwstawne wobec tych, które zazwyczaj przypisywane są funkcjonowaniu obronnemu. Jednocześnie jednak warto pamiętać, iż nie przesądza się zazwyczaj o tym, że uruchomieniu procesu samoregulacji towarzyszyć musi świadoma intencja. Wprost przeciwnie, spotkać się można z ujęciami, które nie tylko nie wykluczają istnienia nieświadomej samoregulacji, lecz także *explicite* czynią ją swoim przedmiotem (np. Chartrand i Bargh, 2002; Bargh i Chartrand, 1999; Bargh i in., 2001; por. Neckar, rozdz. III w tym tomie).

Brak rozstrzygnięcia w kwestii świadomości (nieświadomości) procesów samoregulacyjnych powoduje, iż odniesienie do nich zjawisk o charakterze obronnym nie jest już – przynajmniej w zasadzie – niemożliwe. Sam w sobie jednak nie gwarantuje on, że odniesienie takie zostanie faktycznie poczynione, a już na pewno, że będzie ono teoretycznie w pełni zadowalające. I tak, aczkolwiek rzeczywiście okazuje się, iż mechanizmy obronne pojawiają się w kontekście samoregulacji, to zazwyczaj ujmowane są tam jedynie jako pewne dla niej niebezpieczeństwo. Przykładowo, Karoly (1993), prezentując systemowe ujęcie procesów samoregulacyjnych, wspomina o obronnym unikaniu samooceny (*defensive evaluative avoidance*, DEA) jako jednej z przyczyn niepowodzenia w osiąganiu celów. Formą owego unikania jest „wycofanie się ze stanu samoświadomości” (Karoly, 1993, s. 44), a więc ni mniej, ni więcej jak pewien przykład mechanizmu obronnego.

Nie lekceważąc zagrożenia, jakie dla procesów samoregulacji stanowią mogą reakcje obronne, zapytać warto, czy nie mogą one jednocześnie stanowić dla nich pewnej szansy – wręcz warunku możliwości ich sprawnego przebiegu. Pisząc o tak zwanych granicach operacyjnych (*operational boundaries*) samoregulacji, jako jeden z „czynników ograniczających wolicjonalną kontrolę zachowania oraz uwagi” Karoly (1993, s. 42) wymienia uwarunkowania konstytucjonalne związane z afektywnością oraz jej zmiennością, a więc temperament. Przekroczenie związanych z nim naturalnych ograniczeń może być przyczyną niepowodzenia procesu samoregulacyjnego¹. W rezultacie, zachowanie nakierowane na cel okazuje się naturalnie powiązane z procesami afektywnymi, które same w sobie mogą – czasami (Karoly, 1993) – stawać się przedmiotem wysiłków samoregulacyjnych. Regulacja afektu, tym samym, staje się jedną z metaumiejętności, a więc czynnikiem, którego wpływ na realizację celu nie jest może bezpośredni, ale nie powinien być w żadnym razie pominięty. Ponieważ jednymi z podstawowych sposobów utrzymywania emocjonalności w granicach umożliwiających efektywne funkcjonowanie są – w miarę możliwości dojrzałe – mechanizmy obronne, więc – umożliwiając prawidłowy przebieg zasadniczych (centralnych) procesów samoregulacyjnych – stają się one częścią pewnej meta-samoregulacji.

Cechą wspólną dla aktywności samoregulacyjnej i obronnej jest to, że obie uruchamiane są w momencie zaistnienia pewnej rozbieżności pomiędzy stanem faktycznym a pożądanym. W wypadku pierwszej z nich rozbieżność taka dotyczy – zazwyczaj – świata zewnętrznego, w wypadku drugiej natomiast – świata wewnętrznego (dziedziny emocjonalnej). Kiedy całą sprawę ujmie się z nieco ogólniejszej perspektywy teoretycznej, zauważyć można, że procesy obu rodzajów (ich skuteczność) są z sobą nieodłącznie związane. I tak, mechanizmy obronne stanowią mogą nieświadome i nieintencjonalne tło (podstawę) funkcjonowania samoregulacyjnego. Jako takie mogą być one dla niego zarówno zagrożeniem, jak i pewnym ułatwieniem, wręcz warunkiem możliwości. Dwoistość tego rodzaju stanowi, jak się zdaje, istotny aspekt proponowanego często rozróżnienia pomiędzy nieadaptacyjnymi a adaptacyjnymi mechanizmami obronnymi (poziomami funkcjonowania obronnego, por. np. Cramer, 2006; Vaillant, 1977).

Sądzić można, że bliższe dookreślenie – zarówno teoretyczne, jak i empiryczne – związków pomiędzy samoregulacją i funkcjonowaniem obronnym miałyby dla dalszego rozwoju psychologii osobowości sporą wartość. Zanim jednak próba takiego dookreślenia zostanie w ogóle podjęta, konieczne jest dokonanie pewnego przygotowania o charakterze metateoretycznym. Pojęcie mechanizmów obronnych traktowane jest w ramach

¹ Nie tylko „wycofanie się ze stanu świadomości”, lecz także „nadmierne skoncentrowanie się na sobie” (Karoly, 1993, s. 44), czyli pewnego rodzaju nadmierna samoświadomość, uniemożliwić może skuteczną samoregulację.

psychologii akademickiej z dużą dozą nieufności. Kwestionowana jest naukowość opartych na nim wyjaśnień i, tym samym, jego użyteczność jako konstruktu teoretycznego. Wątpliwość budzić już może nawet sama sensowność owego pojęcia. Konstatacja istnienia problemów tego rodzaju, a także ich centralnego (logicznie podstawowego) znaczenia stanowi dla niniejszego rozdziału punkt wyjścia. Naszym celem będzie więc analiza zasadniczych aspektów pojęcia mechanizmu obronnego, a także – kluczowej dla dyscypliny empirycznej – kwestii jego operacjonalizacji oraz pomiaru. Możliwość formalnie poprawnego zdefiniowania, a także rzetelnego i trafnego oszacowania stanie się, tym samym, kryterium użyteczności konstrukt mechanizmu obronnego dla psychologii.

□ 1. Mechanizmy obronne – zmienne losy problematyki

Dobrym wstępem do metateoretycznej analizy pojęcia może być tutaj przypomnienie jego burzliwych i bynajmniej nie tylko teoretycznymi względami determinowanych dziejów. Zarówno sam konstrukt, jak i pierwsze systematyczne ujęcia mechanizmów obronnych pojawiły się wraz z psychoanalizą Zygmunta Freuda, tak by potem rozwijać się w ramach ujęć o charakterze mniej lub bardziej psychodynamicznym (por. Cooper, 1998; Grzegółowska-Klarkowska, 1986, 2001; Kernberg, 1994; Parker i Endler, 1996; Van der Leeuw, 1971).

Dalsze dzieje problematyki funkcjonowania obronnego okazały się niejako paralelne wobec losów psychoanalizy w ogóle. Po początkowym okresie zainteresowania, a także po przeprowadzeniu pierwszych – niezadowolających, ze względu na rezultaty – badań empirycznych nad mechanizmami wyparcia oraz projekcji (np. Holmes, 1974; por. Cramer, 2000; Grzegółowska-Klarkowska, 1986, 2001) entuzjazm psychologii akademickiej wobec pojęcia mechanizmów obronnych wyraźnie osłabł. Wkrótce potem problematyka funkcjonowania obronnego stała się przedmiotem lepiej lub gorzej skrywanej niechęci i na wiele lat zniknęła z psychologii akademickiej. Warto jednak zauważyć, że dość radykalna zmiana nastawienia miała tutaj stosunkowo złożone uwarunkowania – jej wyjaśnienia mianowicie doszukiwać się można nie tylko w obrębie racji teoretycznych (kontekstu uzasadnienia), lecz także wśród czynników mogących stać się przedmiotem badań socjologii lub też psychologii nauki (w kontekście odkrycia).

Kilka interesujących uwag na temat przyczyn porzucenia problematyki funkcjonowania obronnego odnaleźć można w komentarzu George'a Vaillanta (1998, por. Cramer, 1998a) do poświęconego temu funkcjonowaniu numeru *Journal of Personality*. Pierwsza z przyczyn, o której pisze autor, to fakt, iż mechanizmy obronne stanowią pewne „tabu” – dawno wyszły one z mody, ponieważ są „ślądem psychoanalizy”

(Vaillant, 1998, s. 1148). Dla porównania przywołać tu warto podobną, choć nieco mocniejszą opinię Phebe Cramer (1998a, s. 880), która nie tylko mechanizmy obronne, lecz także nieświadome funkcjonowanie umysłowe w ogóle określa jako „terminy tabu” w sensie słów, „które mają walencję tak negatywną, iż ich użycie, bez dodania jakichś drwiących określeń, powodować może wykluczenie ze społeczności badaczy akademickich”.

Zjawisko, na które wskazują Vaillant i Cramer, powiązać można z generalną niechęcią wobec wszelkich prądów psychodynamicznych, którą psychologia akademicka odziedziczyła po epoce dominacji neopozytywizmu oraz, szukających w nim inspiracji, teorii uczeniowych. Swoją rolę odgrywać tu może także błędne utożsamienie ujęcia psychodynamicznego z wczesnymi propozycjami Zygmunta Freuda (zwłaszcza z jego teorią popędów i rozwoju psychoseksualnego), a także, umożliwiającą takie utożsamienie, nieznamość współczesnych odmian tego ujęcia (Cramer, 1998a).

Wskazane powyżej przyczyny odrzucenia problematyki mechanizmów obronnych, aczkolwiek ważne, mają charakter raczej społeczny i ideologiczny niż teoretyczny. Tym samym, można będzie od nich, z dużym pożytkiem dla planowanej tutaj analizy, abstrahować. Dużo bardziej istotne okażą się za to zarysowane przez Vaillanta merytoryczne słabości badań nad mechanizmami obronnymi. Pierwszą grupą takich słabości są problemy psychometryczne, związane z wszelkim pomiarem procesów obronnych. W grę wchodzi tu może zarówno obniżona przez duży subiektywizm oceny rzetelność, jak i wątpliwa trafność stosowanych procedur. Sam Vaillant zauważa, iż identyfikacja mechanizmów obronnych podatna jest na mające swoje źródło w obserwatorze przeciwprzeniesienia oraz projekcje, które to procesy zakłócać mogą szczególnie ocenę – definicyjnego dla mechanizmu obronnego (por. niżej) – braku świadomości oraz stopnia jego adaptacyjności. Dotychczasowe metody pomiaru, w ocenie Vaillanta, koncentrowały się raczej na zwiększaniu rzetelności kosztem trafności oraz istotności klinicznej. Rozwiązanie takie trudno jednak – ze względów oczywistych – uznać za dobrze rokujące na przyszłość.

Inną merytoryczną słabością badań nad mechanizmami obronnymi są związane z nimi problemy pojęciowe oraz klasyfikacyjne. Vaillant zwraca tutaj uwagę na niejasność (wieloznaczność) oraz wzajemne nakładanie się definicji poszczególnych mechanizmów obronnych. Co więcej, wskazuje on, iż brak w tej kwestii jakiegokolwiek konsensusu – „Każdy ma inną nazwę na mechanizmy obronne” (Vaillant, 1998, s. 1149)². Pojęciowy zamęt stanowi oczywiście poważne ograniczenie dla dalszego rozwoju dys-

² W innym tekście, ale w tym samym kontekście, Vaillant (2000, s. 90) podaje, iż w obrębie 50 mil od San Francisco odnaleźć można sześć „konkurujących, nienakładających się na siebie nomenklatur”, mających służyć do opisu nieświadomych mechanizmów radzenia sobie.

cypliny. Może on mianowicie być nie tylko źródłem problemów (pytań) jedynie pozornych, lecz także uniemożliwiać postawienie tych rzeczywistych (przedmiotowych).

W kontekście trudności pojęciowych związanych z problematyką mechanizmów obronnych podkreślić warto, że ich źródłem nie jest jedynie niedbałość badaczy. To sam przedmiot badań – ludzkie funkcjonowanie obronne – nie poddaje się łatwo konceptualizacji. Widać to chociażby przy kolejnym problemie zasygnalizowanym przez Vaillanta – pytaniu o to, czy mechanizmy obronne bliższe są cesze, czy też stanowi. Trudnością niedającą się rozwiązać poprzez arbitralną decyzję jest tutaj to, iż żadna ze skrajnych odpowiedzi nie byłaby prawidłowa. Mechanizmy obronne są oczywiście uruchamiane – a więc i uwarunkowywane – sytuacyjnie. Mimo to pewien ich wzorzec, pewna organizacja obronna pozostają relatywnie stałe w różnych sytuacjach. Taka dwoistość badanego zjawiska nie może być oczywiście zapoznana w imię czystości i klarowności pojęciowej.

Ostatnia kwestia odstraszaająca badaczy od studiów nad procesami obronnymi jest najbardziej ogólna, lecz teoretycznie – jak się zdaje – najbardziej zasadnicza. Chodzi mianowicie o to, że mechanizmy obronne mają być z definicji nieświadome. Sensowność pojęcia nieświadomości, a także jego operacjonalizacja stanowią problemy, które w imię pewnej metodologicznej i teoretycznej staranności powinny zostać przynajmniej zasygnalizowane.

To właśnie wspomniane powyżej problemy merytoryczne oraz specyficzne uwarunkowania społeczności badaczy doprowadziły do tego, że badania nad mechanizmami obronnymi zostały zarzucone. Czy jednak, rezygnując z nich, postąpiono słusznie? Przynajmniej według George'a Vaillanta (1998) był to błąd. I to z dwóch powodów. Po pierwsze, słabości teoretyczne badań nad mechanizmami obronnymi są, według niego, w zasadzie usuwalne. Po drugie, przy całej problematyczności badań nad mechanizmami obronnymi „ich największą wartość stanowi ich trafność” – nawet jeżeli mechanizmy obronne odrzucane są jako niemożliwe do rzetelnego oszacowania, powracają one na nowo z tego prostego powodu, że „naprawdę istnieją” (Vaillant, 1998, s. 1150).

Wyrażając taką opinię, Vaillant nie pozostaje bynajmniej odosobniony. Także inni badacze nie tylko czują potrzebę studiów nad funkcjonowaniem obronnym, lecz także sami je podejmują. W rezultacie do psychologii akademickiej problematyka ta zaczyna powoli powracać. Forma owego powrotu jest jednak o tyle zaskakująca, o ile w dużej swojej części odbywa się on poza – podstawową, jak się zdaje, dla tej dziedziny – psychologią osobowości oraz poza rozważaniami odwołującymi się do jakiegokolwiek psychodynamicznej siatki pojęciowej, w tym samego pojęcia mechanizmu obronnego.

W swoim przeglądzie badań, które choć często nie odwołują się *explicit*e do funkcjonowania obronnego, to *de facto* dają się odnieść do tej problematyki, Phebe Cramer (1998a, por. Cramer, 2000) zajmuje się takimi dyscyplinami, jak: psychologia poznawcza, psychologia rozwojowa, psychologia społeczna oraz psychologia kliniczna. Co do pierwszej z nich, to podkreśla ona, iż możliwość nieświadomego przetwarzania informacji – wcześniej jako przetwarzania podprogowego – przyjęta została już w zasadzie na każdym etapie procesu poznawczego, od kodowania informacji aż po jej odtworzenie. Aczkolwiek brak tutaj zazwyczaj odwołania do, kluczowych dla mechanizmów obronnych, czynników motywacyjnych, to badania dotyczące wpływu nieświadomych procesów pamięciowych na pamięć deklaratywną oraz zachowanie, a także nieświadomego podejmowania decyzji oraz selektywnej uwagi mogą się okazać niesłychanie inspirujące dla badań nad poznawczymi aspektami funkcjonowania obronnego.

Także w obrębie psychologii społecznej – odcinającej się zazwyczaj od wszelkich pomysłów psychologii dynamicznej – odnaleźć można wyniki badań dających się interpretować jako dotyczące funkcjonowania obronnego. Według Cramer (1998a), często występuje tutaj błąd polegający na przywracaniu starych pojęć pod nową nazwą. I tak, projekcja powracać ma jako atrybucja lub też efekt fałszywego konsensusu, przemieszczenie jako wyszukiwanie sobie kozła ofiarnego, izolacja jako redukcja dysonansu, reakcja upozorowana jako sztuczki autoprezentacji, a zaprzeczenie jako tak zwane pozytywne iluzje (por. Norem, 1998). Paulhus i współpracownicy (1997, s. 564) sądzą nawet, iż „psychologowie społeczni zaczęli już zajmować się właściwie całą gamą psychoanalitycznych mechanizmów obronnych, z tym że pod innymi nazwami”. Ocenę nieco mniej entuzjastyczną – choć wciąż odnajdującą mechanizmy obronne w psychologii społecznej – znaleźć można w artykule Baumeistera i jego współpracowników (1998).

O ile powrót problematyki nieświadomości na gruncie psychologii poznawczej oraz mechanizmów obronnych w obrębie psychologii społecznej mógł być nieco zaskakujący, o tyle odrodzenie się tego rodzaju zainteresowań w dziedzinach psychologii rozwojowej oraz klinicznej nie powinien już w tak dużym stopniu dziwić. W subdyscyplinach tych mianowicie nie tylko mechanizmy obronne, lecz także cały model psychodynamiczny był właściwie obecny od zawsze. Również i tu jednak odnaleźć można oznaki pewnego (relatywnego) ożywienia. Co do psychologii rozwojowej, to Cramer (1998a, 2000) podaje przykłady badań nad wzorcami przywiązania (w tym nad rolą mechanizmów obronnych w reakcji na separację i w utrzymaniu stabilnej samooceny) oraz rozwojem moralnym. Co więcej, także i samo funkcjonowanie obronne daje się ująć w sensowne wzorce rozwojowe (por. Cramer, 1987, 1997, 2006; Cramer i Block, 1998; Kernberg, 1994; Porcerelli, Thomas, Hibbard i Cogan, 1998; Hibbard, Farmer, Wells, Difillipo, Barry, Korman i Sloan, 1994; Hibbard i Porce-

relli, 1998; Nasserbakht, Araujo i Steiner, 1996; Thienemann, Shaw i Steiner, 1998). W psychologii klinicznej z kolei, mechanizmy obronne odnaleźć można w zasadzie prawie wszędzie. Tylko w pewnym skrócie Cramer wymienia takie kwestie, jak: predykcję psychopatologii (funkcjonowanie obronne jako predyktor funkcjonowania ogólnego oraz interpersonalnego, a także poziomu symptomów), diagnozę różnicową, badania nad rezultatami psychoterapii (por. np. Cramer i Blatt, 1993), a także studia nad przyczynami braku tak zwanego sojuszu terapeutycznego (np. nad obronnym unikaniem lub porzucaniem terapii w chorobach terminalnych).

Dokonawszy przeglądu odnowionego zainteresowania problematyką funkcjonowania obronnego w dziedzinach psychologii poznawczej, społecznej, rozwojowej oraz klinicznej, Phebe Cramer (1998a) przechodzi do – naturalnej dla tych zagadnień – psychologii osobowości, a więc do subdyscypliny, w obrębie której ignorowanie problematyki mechanizmów obronnych jest najbardziej uderzające. Konstatując fakt takiego ignorowania, wypowiada ona pewien postulat:

„(...) być może nadszedł dla psychologów osobowości czas, aby: rozpoznać akceptację problematyki umysłowych procesów nieświadomych przez ich kolegów z innych subdyscyplin psychologii, aby zmienić status tabu pojęcia procesów nieświadomych oraz aby zignorować swoje reakcje obronne dotyczące mechanizmów obronnych” (Cramer, 1998a, s. 884).

Podobne stanowisko wyraża w tej kwestii Norem (1998), która argumentuje, że pojęcie mechanizmów obronnych okazać się może przydatne do interpretacji danych z badań nad takimi zjawiskami, jak: negatywny afekt, neurotyzm oraz samoocena (zwłaszcza gdy używa się do ich pomiaru metod kwestionariuszowych). Co więcej, mechanizmy obronne przyczynić się mają także do rozwoju ogólnej teorii „stałości osobowości, zachowań celowych, samoregulacji, adaptacji, dobrostanu oraz obrazu siebie” (Norem, 1998, s. 896).

Powyższe postulaty powrotu do problematyki funkcjonowania obronnego w psychologii osobowości wypowiedziane zostały przez Cramer i Norem w roku 1998. Zmiany w obrębie tej dyscypliny są jednak tak dynamiczne, że już dwa lata później pierwsza z owych badaczek (Cramer, 2000) wskazać mogła na pierwsze przejawy realizacji swoich propozycji. Wymienia ona mianowicie badania nad statusami tożsamości oraz tożsamością i rolami płciowymi jako przykłady tych miejsc, w których mechanizmy obronne zaczynają powracać na łono psychologii osobowości. Całkiem niemała część badań stanowiących o owym powrocie przeprowadzona została przez nią samą (por. np. Cramer, 1987, 1997, 2006; Cramer i Blatt, 1993; Cramer i Block, 1998; Cramer i Brilliant, 2001).

□ 2. Pojęcie mechanizmu obronnego

Przegląd dokonany powyżej wskazywać może na to, iż powrót mechanizmów obronnych do psychologii akademickiej dokonuje się na gruncie dużo bardziej różnorodnym teoretycznie niż właściwy dla pierwotnego sformułowania tej problematyki kontekst psychodynamiczny. Zaproponowano już kilka koncepcji funkcjonowania obronnego: poznawczą (Grzegółowska-Klarkowska, 1986, 2001), rozwojową (np. Cramer, 2006), strukturalną (Plutchik, Kellerman i Conte, 1979), związaną z modelami stresu (Vaillant, 1977) a nawet wykorzystującą perspektywę teorii uczeniowych (Kellner, Butters i Wiener, 1964). Dokonanie pełnego przeglądu wszystkich tych koncepcji jest tutaj niemożliwe. Zamiast niego podjęta zostanie analiza samego pojęcia mechanizmów obronnych używanego współcześnie. Dla celów teoretycznych – zwłaszcza gdy pamięta się o konceptualno-metodologicznej słabości tej dyscypliny badań – namysł taki zdaje się pierwszy w porządku logicznym, a zarazem kluczowy.

Rekonstrukcja pojęcia mechanizmów obronnych ważna jest o tyle, o ile umożliwi umiejscowienie go w kontekście pewnych formalnych kryteriów poprawności, z którymi koncepcje psychodynamiczne nierzadko miały problemy. Warunek *sine qua non* stanowi tutaj, oczywiście, spójność logiczna definicji mechanizmu obronnego, nie jest ona jednak dla dyscypliny empirycznej warunkiem jedynym. Dysponując niesprzeczną definicją, wypowiedzieć możemy na temat jej desygnatu tautologiczne stwierdzenie, że istnieje on lub też nie. Jeżeli tworzona koncepcja ma nie być bezprzedmiotowa, to warto opierać się na takim pojęciu, w wypadku którego prawdą jest to pierwsze.

Tu jednak pojawia się problem przejścia od apriorycznego sądu tautologicznego do – bynajmniej nie apriorycznej – prawdziwości któregoś z jego członów. Otóż, definicja, o której przedmiocie wiemy, że nie istnieje, nie jest tu jeszcze największym problemem – można ją spokojnie odłożyć do lamusa nauki. Tak samo niezbyt kłopotliwa jest definicja, o której nie wiemy, czy ma ona swój przedmiot, ale wiemy, w jaki sposób można się tego dowiedzieć. Najbardziej problematyczne są definicje trzeciego rodzaju – te, o których nie tylko nie wiemy, czy są puste, czy też nie, lecz także nie mamy żadnego pomysłu na to, jak by to można było sprawdzić. Abstrahując od tego, czy pojęcia określane przez takie definicje są w ogóle sensowne, stwierdzić trzeba, iż uniemożliwiają one jakikolwiek postęp w obrębie dyscypliny empirycznej.

Problem tego, czy pojęcie mechanizmu obronnego może być empirycznie użyteczne, nie należy bynajmniej do łatwych. Zanim jednak możliwe będzie w ogóle jego postawienie, konieczne jest dookreślenie owego pojęcia. Dla podjętej tutaj analizy warto sięgnąć do dwóch źródeł. Pierwszym z nich jest amerykańska klasyfikacja psychiatryczna DSM-IV-R (APA,

2000)³, która stanowić może dobry przykład pewnej specyfiki współczesnego ujęcia funkcjonowania obronnego. Drugim z kolei, jest rozwojowa koncepcja mechanizmów obronnych Phebe Cramer (1987, 1998a, 2006), która zdaje się aktualnie najciekawsza – zarówno teoretycznie, jak i metodologicznie.

Mechanizmy obronne zostały zdefiniowane w DSM-IV-R następująco:

„Mechanizmy obronne (lub style radzenia sobie) są automatycznymi procesami psychicznymi chroniącymi człowieka od lęku oraz od świadomości wewnętrznych lub też zewnętrznych niebezpieczeństw lub stresorów. Ludzie są często nieświadomi tych procesów w momencie ich zachodzenia. Mechanizmy obronne godzą reakcje człowieka na konflikty emocjonalne oraz na wewnętrzne i zewnętrzne stresory” (APA, 2000, s. 807).

Pierwszą rzeczą, na którą warto zwrócić tutaj uwagę, jest niesamowity eklektyzm zaproponowanego pojęcia, będący zresztą nieuchronną konsekwencją właściwie niedającego się zrealizować postulatu ateoretyczności DSM. Pojawia się tutaj nie tylko odwołanie do starego podziału Anny Freud (1936/2004) na zewnętrzne i wewnętrzne źródła aktywności obronnej oraz koncepcji opartych na redukcji lęku, lecz także do współczesnych teorii stresu. Eklektyczny zapal prowadzi nawet do tego, że mechanizmy obronne utożsamione zostają ze stylami radzenia sobie, a ich cechą deficyjną – a więc konieczną – jest jedynie automatyzm, a nie nieświadomość, którą przypisywało im większość ujęć tradycyjnych. Warto zauważyć także to, że przyczyną procesu obronnego nie jest już napór sił popędowych, lecz – ogólniejsze i mniej teoretycznie dookreślone – „niebezpieczeństwa” lub też „stresory”.

Eklektyzm definicji pochodzącej z DSM-IV-R jest z punktu widzenia czystej teorii w sposób oczywisty niewystarczający. Jeśli jednak weźmiemy – tak jak i twórcy tej klasyfikacji – pod uwagę względy praktyczne, to okaże się, że ma on swoje niezaprzeczalne zalety. Pominiecie rozróżnienia pomiędzy mechanizmami obronnymi a procesami radzenia sobie tworzy wspólną – nawet jeśli dość rozmytą – perspektywę dla badaczy, którzy różnią się między sobą w kwestii dookreślenia owej dystynkcji (por. np. Cramer, 1998b, 2000; Vaillant, 1994). Płaszczyzna ta daje im możliwość sensownego porozumienia się i sformułowania dzielących ich różnic w obrębie wspólnego języka. Podobne zalety wiązać się mogą z odwołaniem do wieloznacznego pojęcia stresu. Ostatecznym rezultatem jest tutaj pojęcie, do którego można się odwołać z perspektywy praktycznie każdej teorii. Jest ono jedynie początkiem dalszych zabiegów konceptualnych, z pewno-

³ Losy problematyki mechanizmów obronnych w obrębie DSM są o tyle ciekawe, że są niejako paralelne wobec historii tego przedmiotu badań w całej psychologii akademickiej (por. Vaillant, 1994). Rozpoczynają się one od całkowitego przemilczenia w DSM-III, poprzez skromną obecność w DSM-III-R, a kończą na oficjalnej – choć ciągle „próbnej” – akceptacji w DSM-IV i DSM-IV-R. Aktualnie obowiązująca wersja zawiera „próbną” oś do szacowania funkcjonowania obronnego wraz z dołączonym słowniczkiem podstawowych mechanizmów obronnych (APA, 2000).

ścią jednak nie zahamuje dalszego rozwoju dyscypliny, jak mogłaby uczynić, na przykład, definicja jednoznacznie psychodynamiczna.

Drugie pojęcie mechanizmu obronnego, które stanie się tutaj przedmiotem analizy, pochodzi już z konkretnego ujęcia teoretycznego – rozwojowej koncepcji funkcjonowania obronnego Phebe Cramer. W swojej najnowszej wersji określa ono mechanizmy obronne jako

„nieświadome mechanizmy umysłowe, skierowane zarówno przeciw wewnętrznym naciskom popędowym, jak i przeciw naciskom zewnętrznym, szczególnie tym, które grożą samoocenie lub też strukturze Ja. (...) Funkcja mechanizmów obronnych jest dwojaka – ochrona człowieka przed doświadczeniem nadmiernego lęku oraz ochrona integracji jego Ja” (Cramer, 2006, s. 7, por. Cramer, 1987, 1998a)⁴.

W porównaniu z DSM-IV-R nieco odważniejsze jest tutaj odwołanie się do tradycji psychodynamicznej, a także dookreślenie funkcji procesów obronnych. Co ważne jednak, poza inspiracjami pochodzącymi z różnych okresów rozwoju dynamicznej teorii mechanizmów obronnych (wcześnie-freudowskie popędy, rola lęku, struktura Ja), pojawiają się także te, które mają inną niż freudowska genezę (samoocena). Wskazanie na funkcję mechanizmów obronnych – na powodowaną przez nie redukcję lęku, a także na ochronę integracji Ja – jest ważnym momentem, przyjętego przez Cramer, adaptacyjnego punktu widzenia. Mechanizmy obronne, choć – używane w nadmiarze – „mogą” prowadzić do zafałszowania rzeczywistości, zazwyczaj „są” adaptacyjne (Cramer, 1987, s. 598) i prowadzą do przywrócenia „komfortowego poziomu funkcjonowania” (Cramer, 2006, s. 8). Próbując przenieść tę tezę w kontekst procesów samoregulacyjnych, powiedzieć by można, iż procesy obronne – przynajmniej w populacji ludzi zdrowych – częściej umożliwiają skuteczne dążenie do celów, niż stanowią dla niego zagrożenie.

Pewnego dookreślenia pojęcia mechanizmu obronnego używanego na gruncie koncepcji rozwojowej dokonać można poprzez odniesienie go do pojęcia radzenia sobie. Kwestia rozróżnienia obu tych pojęć nie jest bynajmniej sprawą jasną. Dzieje się tak szczególnie wtedy, kiedy pamięta się o tak zwanym radzeniu sobie nakierowanym na emocje lub też o bardziej adaptacyjnych spośród mechanizmów obronnych (np. sublimacji, por. Vaillant, 1977). Procesy oznaczane przez obydwa te pojęcia są z pewnością bardzo podobne – o ile nie identyczne – jeśli chodzi o swą funkcję. Oba stanowią reakcję na pewną przeszkodę powodującą zakłócenie równowagi psychicznej i oba prowadzić mają do jej przywrócenia poprzez – nie zawsze bezpośrednią – regulację afektywną (por. podobieństwo funk-

⁴ Choć proces obronny określany jest tutaj jako jeden z bliżej niedookreślonych „mechanizmów umysłowych”, to inne definicje Cramer zakreślają *genus proximum* wężiej jako „operację kognitywną” (Cramer, 1987, s. 598). Taka poznawcza inklinacja obecna jest także w uwadze, że: „Konkretne mechanizmy obronne definiowane są poprzez konkretne procesy poznawcze” (Cramer, 2006, s. 9).

cji mechanizmu obronnego i procesu samoregulacyjnego). Próbując nieco zgeneralizować, powiedzieć można, że procesy te są pewnymi manewrami (Miceli i Castelfranchi, 2001), podejmowanymi wówczas, gdy człowiek znajduje się w sytuacji stresu lub też gdy zagrożona jest jego samoocena (Newman, 2001), i składającymi się ze zmiany myślenia, afektu oraz zachowania (Cramer, 2001).

W sprawie odróżnienia tych zmian, które konstytuują mechanizm obronny, od tych stanowiących radzenie sobie nie udało się osiągnąć jeszcze ogólnie przyjętego konsensusu. Pewną interesującą propozycję dotyczącą tego podziału znaleźć można u Cramer (1998b, 2000). Przedstawiona przez nią sugestia stała się już przedmiotem uwagi innych badaczy, czego rezultatem było zarówno jej podjęcie i rozwinięcie (Miceli i Castelfranchi, 2001), jak i dość gruntowna krytyka (Erdelyi, 2001; Newman, 2001; por. Cramer, 2001).

Pojęciowa propozycja pochodząca od Cramer koncentruje się na formie procesów psychicznych, stanowiących mechanizmy obronne i aktywność zaradcza. To właśnie owa forma umożliwić ma tutaj dokonanie rozróżnienia. Co do szczegółów takiej dystynkcji, to proponowane są dla niej dwa – obowiązujące w każdym przypadku – kryteria zasadnicze oraz dwa, stanowiące jedynie pewne heurystyczne przybliżenia, kryteria dodatkowe.

Zasadnicze kryteria od odróżnienia mechanizmów obronnych od procesów radzenia sobie to kryteria nieświadomości oraz braku intencji. I tak, o ile procesy obronne – na mocy samej definicji – przebiegać mają nieświadomie i pozbawione mają być intencji, woli oraz racjonalnej decyzji, o tyle mechanizmy radzenia sobie odbywać się mają świadomie i wynikać z intencji radzenia sobie z przeciwnością. Także kryteria dodatkowe proponowane przez Cramer – hierarchiczności oraz cechowego charakteru – pomagają w odróżnieniu aktywności obronnej od zaradczej. Nie mogą być one jednak traktowane jako bezwyjątkowe (por. Cramer, 1998b). I tak, choć można uporządkować poszczególne mechanizmy obronne w pewną hierarchię – opartą na ich dojrzałości (Vaillant, 1977, 2000), odpowiedniości rozwojowej (Cramer, 2006) lub też złożoności⁵ – to w wypadku procesów radzenia sobie sensowność takiego porządku nie została jeszcze konkluzywnie wykazana. Podobnie, o ile indywidualny wzorzec funkcjonowania obronnego stanowi względnie stałą charakterystykę, o tyle radzenie sobie jest raczej zdeterminowane sytuacyjnie. Taka różnica w umiejscowieniu pojęć oznaczających oba procesy w obrębie wymiaru cecha-stan widoczna jest także w metodologii badań nad nimi, któ-

⁵ Popularny model Vaillanta (2000), przykładowo, dzieli mechanizmy obronne na prymitywne-narcystyczne (zaprzeczenie, projekcję, zniekształcenie), niedojrzałe (fantazję, hipochondrię, *acting out*, zachowania pasywno-agresywne), pośrednie-neurotyczne (intelektualizację, wyparcie, przemieszczenie, reakcję upozorowaną, rozszczepienie) oraz dojrzałe (sublimację, altruizm, antycypację, humor, stłumienie).

re koncentrują się – odpowiednio – na różnicach indywidualnych lub też na zmiennych środowiskowych⁶.

Z punktu widzenia konceptualno-metodologicznego najbardziej znaczące są te kryteria, które Cramer sformułowała jako kluczowe – kryterium nieświadomości oraz kryterium braku intencji. To właśnie one stały się przedmiotem krytyki sformułowanej przez Erdelyi'ego (2001) oraz Newmana (2001). Pierwszy z nich zarzucił autorce rozróżnienie zarysowane powyżej, iż przypisanie mechanizmom obronnym charakteru koniecznie nieświadomego jest nie tylko niezgodne z oryginalną myślą Zygmunta Freuda, lecz także w prosty sposób błędne. Freud – przynajmniej w interpretacji Erdelyi'ego – nie odrzucił wcale możliwości istnienia świadomych mechanizmów obronnych, zwłaszcza wtedy, gdy bierze się pod uwagę tak zwaną uciekającą świadomość (*fleeting consciousness*). To właśnie z tego powodu nie używał on nigdy – „od swoich najwcześniejszych do ostatnich pism” (Erdelyi, 2001, s. 761) – rozróżnienia pomiędzy nieświadomym wyparciem a świadomym stłumieniem. Rozróżnienie to, a także sam pomysł uznania procesów obronnych za definitywnie nieświadome pochodzić miały dopiero od Anny Freud (1936/2004), późniejszego „freudowskiego establishmentu” (Erdelyi, 2001, s. 761) oraz współczesnych „trendów rewizjonistycznych” (Erdelyi, 2001, s. 762).

Zarzut niewierności freudowskiemu dziedzictwu jest – jeśli rozpatrywać go samodzielnie – teoretycznie nieistotny. Wagi nadaje mu dopiero druga teza Erdelyi'ego (2001), głosząca, że stanowisko twórcy psychoanalizy jest po prostu „stanowiskiem trafnym”. Krytyk Cramer stwierdza tutaj, że fikcyjna jest sama dychotomia pomiędzy nieświadomym i świadomym oraz logicznie wobec niej pochodne pojęcie progu świadomości. Jako takie nie mają one być niczym więcej niż pustymi konstrukcjami bez odpowiadającej im rzeczywistości zewnętrznej. Argumenty, jakie na poparcie swojej tezy przywołuje Erdelyi, są głównie natury epistemologiczno-metodologicznej. Przypomina on mianowicie, że „mimo niewłaściwie ukierunkowanych wysiłków pokoleń badaczy”, nie udało się opracować rzetelnej metody pomiaru progu świadomości (Erdelyi, 2001, s. 761). Ostrożnie rzecz ujmując, świadczy to może nie tyle o fałszywości samego podziału (jego bezsensowności), ile o jego wątpliwej użyteczności dla dyscypliny empirycznej, jaką jest psychologia.

Kontynuację oraz rozwinięcie linii argumentacyjnej sformułowanej przez Erdelyi'ego odnaleźć można u Newmana (2001). Ten krytyk z kolei, zarzuty swoje odnosi do dwóch spośród zaproponowanych przez Cramer

⁶ Poza obowiązującymi zawsze kryteriami zasadniczymi oraz kryteriami dodatkowymi (pomocniczymi) Cramer (1998b, 2000) wspomina także o wymiarze patologia-normalność, który również był używany do odróżnienia mechanizmów obronnych – związanych rzekomo wyłącznie z dziedziną zaburzeń – od procesów radzenia sobie mających być atrybutem zdrowia. Przywołane przez nią badania oraz rozważania teoretyczne wskazują jednak, iż pogląd taki jest nie tylko terminologicznie przestarzały (także w obrębie prądów psychodynamicznych), lecz także nietrafny.

kryteriów zasadniczych – kryterium nieświadomości oraz kryterium braku intencji. I tak, odwołując się do najnowszych osiągnięć psychologii poznawczej oraz społecznej, stwierdza on, że 20 lat badań nad procesami automatycznymi i kontrolowanymi pozwala uznać podział zaproponowany przez Cramer za „pojęciowo oraz empirycznie problematyczny” (Newman, 2001, s. 760). Bardziej konkretnie badacz ów stwierdza, iż nie spełnia on podstawowego dla wszelkiej klasyfikacji warunku zupełności. Intencjonalność i świadomość są własnościami wobec siebie logicznie niezależnymi i, tym samym, występować mogą w aż czterech kombinacjach. Tymczasem dwóch spośród tych kombinacji (świadomionego procesu nieintencjonalnego oraz procesu intencjonalnie zautomatyzowanego) klasyfikacja Cramer po prostu nie obejmuje. Newman (2001, s. 760) pyta tu retorycznie, „Jak, więc, zaklasyfikowałby psycholog procesy, które posiadają tylko jedną z kluczowych własności?”⁷.

Poza zarzutem braku zupełności Newman przypisuje podziałowi Cramer brak klarowności. Odwołując się do klasycznego artykułu Nisbetta i Wilsona (1977), stwierdza on mianowicie, iż nie jest bynajmniej jasne, który z wyróżnionych sensów nieświadomości – nieświadomość bodźca, nieświadomość reakcji, czy też może nieświadomość związku między nimi – przynależy w sposób konieczny mechanizmowi obronnemu.

Wadliwość zaproponowanego rozróżnienia mechanizmów obronnych i procesów radzenia sobie ma, według Newmana, wynikać nie tyle z błędów Cramer lub też innych badaczy, ile ze złożoności rozpatrywanych zjawisk, które same z siebie nie nadają się do ujęcia dychotomicznego. Mechanizmy obronne oraz procesy radzenia sobie są mianowicie z sobą na tyle „splcione” (Newman, 2001, s. 761), że wszelkie podziały między nimi mogą raczej utrudniać niż wspierać rozwój badań nad zmaganiem ze stresem i ochroną własnego Ja.

Podsumowanie swoich zarzutów Newman (2001, s. 760) rozpoczyna od spostrzeżenia, że choć „wszystkie kategorie są rozmyte oraz niedoskonałe (...), niektóre odpowiadają na tyle dobrze korelacyjnej strukturze świata, że są użyteczne”. Niestety, do tej grupy nie należą kategorie zaproponowane przez Cramer, co do których nie tylko nie jest pewne, jakim celom służą, ale nawet to, czy odpowiadają „korelacyjnej strukturze literatury [przedmiotu – K.B.]” (Newman, 2001, s. 760). Ostatecznie więc kształt krytyki okazuje się taki sam jak u Erdelyi’ego – podział na nieświadome mechanizmy obronne oraz świadome procesy radzenia sobie ma być nie tylko błędny, lecz także niezgodny z tradycją używania tych pojęć.

Przywołanie krytyki Erdelyi’ego oraz Newmana korzystne było tutaj o tyle, o ile możliwe jest jednocześnie oddanie głosu jej adresatce, która

⁷ Problemem pochodnym jest tutaj to, że może się okazać, iż proces, który uznawaliśmy za mechanizm obronny lub też radzenie sobie, może nie posiadać którejs z cech dla tych pojęć definicyjnych. Czy należy wtedy przekwalifikować ów proces do kategorii ‘inne’, czy też może zmienić same kryteria klasyfikacji?

udzieliła obu tym badaczom odpowiedzi (Cramer, 2001). W pierwszym rzędzie odniosła się ona do zarzutu Erdelyi'ego, iż podział jej nie oddaje intencji oryginalnej myśli freudowskiej. Nieco wymijająco odpowiedziała ona, iż myśl ta może być rozmaicie interpretowana (Cramer, 2001). Co więcej, zgodność jej propozycji z takim dziedzictwem nie jest bynajmniej kluczowa z uwagi na to, iż Cramer odwołuje się raczej do nowszej tradycji psychodynamicznej, wywodzącej się od Anny Freud. Całkiem otwarcie stwierdza ona: „możliwe jest, iż nie pozostałam wierna całości myśli Zygmunta Freuda. Zamiast tego, szłam śladami poglądów jego córki oraz bardziej współczesnych teoretyków” (Cramer, 2001, s. 763).

Pomijając całkowicie nieistotny tutaj problem trafnej interpretacji „całości myśli Zygmunta Freuda”, stwierdzić należy, iż z punktu widzenia rozwoju badań nad mechanizmami obronnymi zgodność podziału Cramer z ową myślą nie jest ważna. Kluczowa natomiast jest sama trafność (użyteczność) tej dystynkcji, którą to trafność Erdelyi podał w wątpliwość. Niestety, jego argumenty w tej kwestii nie zostały przez Cramer skomentowane.

Za podobnie niewystarczającą uznać należy odpowiedź tej badaczki na zarzuty Newmana. Ponownie przypomina ona, iż brak świadomości oraz intencji są cechami definicyjnymi mechanizmu obronnego, a także odwołuje się do innych autorów, którzy tak właśnie pojęcia te rozumieją. Mimo to pomija ona sam rdzeń argumentacji Newmana, a więc problem z niepełnością jej podziału. *A fortiori* nie pokazuje więc w żaden sposób, że argumenty te są błędne. W podobny sposób odnosi się do ścisłego powiązania mechanizmów obronnych i procesów radzenia sobie, na które wskazywał drugi z jej krytyków. Powiązanie owo, jak stwierdza, jest jedynie pochodną pojęciowego zamieszania. Sama rzeczywistość badanych zjawisk nie może tu mieć nic do rzeczy.

Nieco bardziej konkluzywna jest odpowiedź Cramer na wątpliwość dotyczącą znaczenia, w jakim mechanizmy obronne pozostają nieświadome. I tak, stwierdza ona, że do procesów tych odniesiony może być każdy z sensów wyróżnionych przez Nisbetta i Wilsona. Co więcej, sensory owe służyć mogą za podstawę pewnej klasyfikacji mechanizmów obronnych, wyróżniającej te, w których nieświadomy jest bodziec (zaprzeczenie), te, w których nieświadoma jest reakcja, oraz te, które cechuje nieświadomość łączącego je związku (izolacja afektu). Biorąc wszystkie te przypadki pod uwagę, Cramer jeszcze raz podkreśla, iż w każdym z nich proces obronny odbywa się poza świadomością.

Podsumowując, powiedzieć można, że krytyka Erdelyi'ego oraz Newmana, skierowana przeciw podziałowi sformułowanemu przez Cramer, nie została w swej istocie oddalona. Autorka kryteriów nieświadomości i braku intencji wyjaśniła jedynie, że czuje się raczej kontynuatorką Anny Freud niż jej ojca oraz że nieświadomość mechanizmów obronnych może przyjmować różne formy. Mimo to jednak nie wsparła ona w żaden

sposób problematycznej dystynkcji pomiędzy nieświadomością a świadomością – o tej pomiędzy intencjonalnością a jej brakiem nie wspominając – oraz nie wskazała żadnej jej operacjonalizacji. Jednocześnie zignorowała właściwie zarzut niezupełności jej podziału oraz problemów praktycznych z niezupełności tej wynikających. Całe – częste w literaturze przedmiotu – pomieszanie pomiędzy mechanizmami obronnymi a procesami radzenia sobie stanowi dla niej jedynie skutek wadliwej konceptualizacji i – inaczej niż dla Newmana – nie wynika ze złożoności rozpatrywanych zjawisk.

W obliczu tego, że kryteria zaproponowane przez Cramer (1998b, 2001) wydają się problematyczne lub też przynajmniej niewystarczające, dobrym pomysłem może być odwołanie się do dodatkowego kryterium, sformułowanego przez Miceli i Castelfranchiego (2001). Opierając się na założeniu, że zarówno mechanizmy obronne, jak i procesy radzenia sobie są pewnymi modyfikacjami reprezentacji poznawczych lub też postaw, ci dwaj badacze zasugerowali, aby odróżnić je na podstawie formalnie określonego rodzaju tych modyfikacji. I tak, mechanizmy obronne miałyby być modyfikacjami za pomocą manipulacji, a procesy radzenia sobie miałyby przebiegać poprzez rewizję.

Manipulacja jako cecha aktywności obronnej polegać ma na „zmianie własnych postaw umysłowych, która zainicjowana jest przez nieświadomy cel ich odrzucenia, wtórny wobec celu uniknięcia negatywnego afektu” (Miceli i Castelfranchi, 2001, s. 288). „Nieświadomy cel”, o którym tu mowa, może zostać określony jako pewien „metacel” z uwagi na to, iż jego przedmiotem jest stan umysłowy danej osoby, a nie, jak to zwykle bywa, element rzeczywistości zewnętrznej. W przypadku mechanizmu obronnego taki „metacel” aktywowany jest automatycznie.

Rewizja, właściwa procesom radzenia sobie, z kolei definiowana jest jako „zmiana własnych postaw umysłowych: (a) motywowana przez świadomy cel ich odrzucenia oraz (b) monitorowana poprzez inny cel (...) cel »dokładności epistemicznej«” (Miceli i Castelfranchi, 2001, s. 288). W przypadku rewizji cel odrzucenia pewnych stanów umysłowych nie jest aktywowany automatycznie i wynika z pewnej prywatnej teorii na temat relacji przyczynowych pomiędzy tymi stanami i cierpieniem. Nawet kiedy jest on już aktywny, podlega stałemu monitorowaniu w kontekście wewnętrznie odzwierciedlonego celu „dokładności epistemicznej” – „celu wiary w to tylko, co jest prawdziwe (i niewiary w to, co jest fałszywe)” (Miceli i Castelfranchi, 2001, s. 290). Cel ów posiada tutaj wartość samodzielną, która wiąże się z tym, że człowiek poszukuje nie tylko potwierdzenia dla zmian, których chce dokonać, lecz także ewentualnych racji świadczących przeciw nim. Reprezentacje poznawcze powodujące cierpienie odrzucone zostają jedynie wtedy, kiedy znajdzie to swoje uzasadnienie.

Rozróżnienie pomiędzy manipulacją a rewizją oraz, odpowiednio, pomiędzy mechanizmami obronnymi a procesami radzenia sobie jest paralenne wobec podziału na osoby samooszukujące się oraz niesamooszukujące się. Takie dwa typy zoperacjonalizować można jako różnicę znaczenia, jakie ludzie do nich należący przypisują celowi wiary w to, co się chce, aby było prawdą (i niewiary w to, co się pragnie, aby było fałszem), oraz celowi („dokładności epistemicznej”) trafności własnych przekonań. Różne możliwe stopnie samozakłamania daje się tutaj symulować w ramach modeli komputacyjnych (por. Sahdra i Thagard, 2003).

Propozycja rozróżnienia pomiędzy mechanizmami obronnymi a procesami radzenia sobie, sformułowana przez Miceli i Castelfranchiego (2001), wydaje się nieco bardziej użyteczna od tej zaproponowanej przez Cramer (1998b, 2001). Mimo że wciąż implikuje ona problematyczne rozróżnienie na nieświadomość (manipulacja) oraz świadomość (rewizja), to daje jednocześnie możliwość pewnej operacjonalizacji, która nie musi mieć charakteru dychotomicznego (Sahdra i Thagard, 2003). Co więcej, same pojęcia manipulacji oraz rewizji zdają się bardziej konkretne i dookreślone niż ogólne i rozmyte koncepty nieświadomości oraz braku intencji.

Podsumowując powyższą analizę współczesnego pojęcia mechanizmu obronnego, powiedzieć można, że – podobnie jak pojęcie procesu radzenia sobie – oznacza ono modyfikację myślenia, odczuwania oraz zachowania (Cramer, 2001), która stanowi odpowiedź na pewną przeciwność (stres) i aktywowana jest zazwyczaj w stanie zakłócenia równowagi psychicznej i/lub zagrożenia dla samooceny. Odróżnienie mechanizmów obronnych od procesów radzenia sobie możliwe jest poprzez odwołanie się do kryteriów nieświadomości, braku intencji oraz manipulacji-rewizji (Cramer, 1998b, 2001; Miceli i Castelfranchi, 2001). I tak, proces obronny przebiegałby nieświadomie – poprzez pozbawioną intencji manipulację reprezentacjami poznawczymi, a aktywność zaradcza świadomie poprzez intencjonalną rewizję tychże. Gdyby dookreślenie takie miało okazać się niewystarczające (por. krytyka Erdelyi’ego, 2001 i Newmana, 2001), to pomocne mogłyby być odwołanie się do pomocniczych kryteriów hierarchiczności oraz cechowego charakteru, zgodnie z którymi mechanizmy obronne dawałyby się uszeregować w pewnym porządku i byłyby względnie stałe, a procesy radzenia sobie byłyby zdeterminowane sytuacyjnie i raczej nie podlegałyby łatwej hierarchizacji.

Z punktu widzenia takiego podziału ogólna funkcja mechanizmu obronnego okazuje się taka sama jak ta właściwa procesom radzenia sobie – odpowiedź i przystosowanie się do stresu. Na nieco bardziej szczegółowym poziomie wymienić można (Vaillant, 2000):

a) redukcję konfliktu i dysonansu poznawczego razem ze związanym z nimi negatywnym afektem,

b) dostarczenie czasu koniecznego na złagodzenie zmian w rzeczywistości oraz obrazie siebie, które nie mogą zostać zintegrowane natychmiast,

c) przekształcenie nierozwiązywalnych konfliktów z osobami znaczącymi,

d) złagodzenie dylematów sumienia.

Jak ujmuje to w skrócie Vaillant (2000, s. 90), „mechanizmy obronne chronią ludzi przed nagłymi zmianami afektu, rzeczywistości, relacji interpersonalnych oraz sumienia”.

□ 3. Operacjonalizacja mechanizmów obronnych

Omówienie współczesnego pojęcia mechanizmu obronnego warto jest uzupełnić o, choćby skrótowe, przedstawienie technik, jakie stosuje się do pomiaru oznaczanych przez nie procesów. Uzupełnienie takie cenne jest o tyle, o ile w psychologii rzeczywisty przedmiot pomiaru nie zawsze jest tożsamy z tym, do czego oszacowania dany instrument został skonstruowany (problem trafności). W rezultacie stwierdzenie, iż koncepcje mechanizmów obronnych za swój przedmiot mają desygnat pojęcia mechanizmu obronnego byłoby zbyt pochopne. *De facto* ich przedmiotem jest zawsze ostatecznie to, czego pomiar umożliwiają stosowane instrumenty.

Tradycję pomiaru mechanizmów obronnych daje się generalnie podzielić na trzy główne nurty (Parker i Endler, 1996). I tak, wyróżnić można: ujęcie kwestionariuszowe, ujęcie oparte na wywiadzie oraz ujęcie projekcyjne. Drugie i trzecie z nich są niekiedy traktowane jednolicie, jako odwołujące się do metodologii obserwacyjnej (Cramer, 2006; Perry i Ianni, 1998). Ich cechą wspólną stanowi to, że istotna – niemechaniczna – część oszacowania dokonywana jest poprzez osobę inną od tej, której funkcjonowanie obronne jest przedmiotem pomiaru.

Dokonując swojego przeglądu metod kwestionariuszowych służących do pomiaru mechanizmów obronnych, Davidson i MacGregor (1998) sformułowali sześć – opartych na definicji pochodzącej od Cramer (por. wyżej) – kryteriów, jakie metody te powinny spełniać. Kryteria te – co ważne – zdają się stosować także i do innego rodzajów technik.

Kryterium pierwsze (nieświadomości) polega na tym, że trafne narzędzie mierzące użycie mechanizmów obronnych zapewniać powinno nieświadomość procesów psychicznych, których dotyczy. Świadome pozostać mogą co najwyżej zachowania będące konsekwencją aktywności obronnej, sama ich motywacja jednak – jeśli opisywane procesy nazwać chcemy obronnymi – pozostawać powinna poza świadomością.

Zgodnie z kryterium drugim (groźby psychicznej) instrument do pomiaru mechanizmu obronnego musi być czuły na obecność pewnego psychicznego niebezpieczeństwa (nieakceptowalnej myśli, popędu, zagroże-

nia dla samooceny lub integracji Ja), na które sam proces obronny jest reakcją.

Kryterium trzecie (regulacji afektu) polega na tym, że trafna technika umożliwić powinna określenie tego, czy mierzony proces psychiczny służy ochronie przed jakimś negatywnym afektem. Innymi słowy, musi być ona zdolna do wyróżnienia tych procesów, które pełnią funkcje obronne.

Formułując kolejne kryterium (stabilności), Davidson i MacGregor odwołali się do względnej stabilności międzysytuacyjnej funkcjonowania obronnego (por. kryterium cechowego charakteru Cramer). Stabilność tego rodzaju powinna być widoczna w pomiarach, które jednak jednocześnie powinny pozostać czułe na takie zmienne, jak poziom rozwojowy lub też determinanty sytuacyjne (zagrożenie, stres).

Zgodnie z kryterium piątym (adaptacji) techniki do badania mechanizmów obronnych umożliwić powinny pomiar zarówno tych z nich, które służą adaptacji, jak i tych, które ze względu na swoje nasilenie, sztywność lub też nieodpowiedniość rozwojową uznać można za patologiczne. Tym samym obejmować powinny one całe spektrum adaptacyjności.

Ostatnie ze sformułowanych kryteriów (dystynktywności) stwierdza, iż – mimo braku konsensusu w sprawie klasyfikacji procesów obronnych (por. wyżej) – instrumenty służące do ich pomiaru zawierać powinny *explicite* wyrażone definicje poszczególnych mechanizmów, których użycie mają szacować. Co więcej, posiadać one powinny walidację, wskazującą, że konstrukty te są rzeczywiście – w obrębie siatki korelacyjnej – rozróżnialne⁸.

Kryteria zaproponowane przez Davidson oraz MacGregora – zwłaszcza trzy pierwsze – zdają się stanowić program niejako maksymalny, właściwie nie do spełnienia w ramach aktualnie istniejących paradygmatów metodologicznych⁹. Mimo to posiada on walor pewnego typu idealnego, który wskazuje na trudności właściwe każdemu typowi pomiaru mechanizmów obronnych (wszelkiej operacjonalizacji pojęcia mechanizmu obronnego). Na pocieszenie powiedzieć można jednocześnie, iż w psychologii – jak w każdej nauce empirycznej – nie jest konieczne, aby dokonany pomiar z a p e w n i a ł obecność wszystkich cech definicyjnych mechanizmu obronnego w analizowanym procesie psychicznym. Konieczne jest tylko (aż) tyle, aby obecność ta była w pewnym – najlepiej znanym – stopniu p r a w d o p o d o b n a.

Pierwsze – i ze względu na swoją oszczędność zapewne najbardziej popularne – ujęcie pomiaru mechanizmów obronnych odwołuje się do technik kwestionariuszowych. Teoretycznie jest ono jednak bardzo problematyczne, wręcz paradoksalne. Jak mianowicie można mierzyć proce-

⁸ Piąte i szóste kryterium odnieść można oczywiście jedynie do tych technik, które przygotowane zostały jako pomiar wielu mechanizmów obronnych.

⁹ Nie bez przyczyny kryteria nieświadomości, groźby psychicznej, a także regulacji afektu nie zostały spełnione przez żaden z kwestionariuszy analizowanych przez Davidson i MacGregora (1998), którymi były: DSQ, DMI, LSI oraz CDS (Joffe i Naditch, 1977).

sy z definicji nieświadome, pytając o ich istnienie osoby, u których ich obecność podejrzewamy?

Postawieni w obliczu tego problemu, Robert Plutchik i współpracownicy (1979) zaproponowali dwie możliwości. Jak piszą,

„mimo iż prawdą jest, że mechanizmy obronne mogą rozwijać się ontogenetycznie w sposób nieświadomy, to nie znaczy to, że ich stosowanie musi pozostać nieświadome. Wiele osób uczy się – w ramach psychoterapii lub innych doświadczeń życiowych – wykrywać typowe dla siebie style mechanizmów obronnych” (Plutchik i in., 1979, s. 236).

Druga możliwość opiera się na tym, że większość ludzi zdolna jest do poczynienia w miarę rzetelnego sprawozdania ze swoich uczuć, a także do opisu tych swoich zachowań, które uznać można za odzwierciedlające mechanizmy obronne (dynamiczne znaczenie owych zachowań pozostawać może dla nich jednocześnie wciąż nieznanym).

Pierwsza z zaproponowanych tutaj opcji budzić może pewną wątpliwość o tyle, o ile nie jest jasne, czy mechanizm obronny zidentyfikowany jako taki przez osobę, u której zachodzi, pozostaje ciągle mechanizmem obronnym (czy powinien być tak dalej klasyfikowany). Co więcej, bardzo prawdopodobne jest to, że sam fakt uzyskania weń wglądu zmienia jego naturę oraz sposób funkcjonowania (por. Cramer i Brilliant, 2001).

Między innymi ze względu na takie problemy to właśnie druga z możliwości wskazanych przez Plutchika wybrana została przez większość badaczy konstruujących kwestionariusze mechanizmów obronnych. Ujęcie takie – odwołujące się do pomiaru pośredniego – uznać można za oparte na trzech generalnych przesłankach (Nishimura, 1998). Pierwsza z nich stwierdza, że w momencie tymczasowej nieskuteczności mechanizmów obronnych ludzie stają się świadomi swoich nieakceptowanych impulsów oraz stylów aktywności obronnej. Według drugiej z przesłanek, ludzie często zdolni są do wskazania mechanizmu obronnego używanego przez inną osobę. Trzecia, z kolei, stwierdza, że z dystansu ludzie zdolni są do rzetelnego zdania sprawy ze swoich zachowań. Możliwość trafnego i rzetelnego pomiaru mechanizmów obronnych za pomocą kwestionariuszy opiera się na wszystkich trzech założeniach. Pierwsze i ostatnie uznaje się – czasami nieco na wyrost – za prawdziwe w odniesieniu do osoby badanej, a drugie – także czasami nieco optymistycznie – u konstruktora testu oraz jego późniejszego użytkownika.

Prawdziwość przesłanek wypowiedzianych przez Nishimurę zdaje się stanowić warunek *sine qua non* wszelkiego sensownego pomiaru mechanizmów obronnych za pomocą kwestionariuszy. Sama w sobie jednak nie jest ona jeszcze warunkiem wystarczającym do uzyskania narzędzia pomiarowego trafnego oraz rzetelnego. Aby taką technikę udało się skonstruować, częściowo choćby powinien zostać spełniony maksymalistyczny program Davidson i MacGregora.

Po zarysowaniu podstaw metodologii kwestionariuszowej pomiaru procesów obronnych warto wspomnieć o przykładowych narzędziach do niej się odwołujących. Wybór jest tutaj – jak się zdaje – całkiem spory, od popularnych i zaprojektowanych do szacowania wielu mechanizmów obronnych *Defense Mechanism Inventory* (DMI, Gleser i Ihilevich, 1969) oraz *Defense Style Questionnaire* (DSQ-40, Andrews, Singh i Bond, 1993), przez mniej znany, ale teoretycznie interesujący *Life-Style Index* (LSI, Plutchik, Kellerman i Conte 1979), aż po narzędzia skonstruowane do pomiaru jednego tylko rodzaju mechanizmu obronnego, takie jak choćby *Splitting Index* (SI, Gould, Prentice i Ainslie, 1996).

Aczkolwiek nie jest tutaj możliwe dokonanie pełnego przeglądu instrumentów kwestionariuszowych, warto pokusić się o pewną ich ocenę – ocenę dotyczącą nie tyle poszczególnych technik, ile tego rodzaju metodologii jako takiej. I tak, oczywiste jest, że pomiar za pomocą kwestionariuszy posiada pewne plusy, takie jak prosty, obiektywny i jednoznaczny zestaw bodźców, a także ograniczający wpływ osoby oceniającej oraz łatwo stosowalny system kodowania (Davidson i MacGregor, 1998). Prawdopodobnie właśnie te zalety – razem z ekonomią aplikacji – stanowią o takiej popularności kwestionariuszy.

Jednak mimo ewidentnych korzyści, bliższe przyjrzenie się poszczególnym technikom pokazuje, że nie są one bynajmniej doskonałe. Najbardziej rzucającą się w oczy ich słabością są poważne braki dotyczące własności psychometrycznych. Jeżeli się jest zainteresowanym pomiarem pojedynczych mechanizmów obronnych, a nie ich grup (stylów funkcjonowania obronnego), to odnajduje się dane dotyczące rzetelności oraz trafności, często właściwie dyskwalifikujące poszczególne skale (por. Davidson i MacGregor, 1998; Cramer, 2006). Owe braki psychometryczne są – a przynajmniej spora ich część – konsekwencją niespełnienia teoretycznych wymagań sformułowanych przez Davidson i MacGregora (1998).

Problemy z trafnością metod kwestionariuszowych wynikać mogą bądź to z niemożności operacjonalizacji pojęcia mechanizmu obronnego, a więc z jego empirycznej nieprzydatności, bądź też z jakiś specyficznych problemów właściwych tego rodzaju instrumentom (Vickers i Hervig, 1981). Pozostawiając pierwszą – bardziej ogólną i dotyczącą każdego ujęcia do pomiaru mechanizmu obronnego – kwestię na boku, rozpatrzyć warto drugą z tych możliwości. Dość interesującą informacją może być tutaj to, iż kwestionariuszowy pomiar mechanizmów obronnych okazuje się prowadzić do o wiele mniejszej zgodności z oszacowaniami obserwatorów, niż w przypadku pomiaru innych zmiennych osobowościowych (Funder i Colvin, 1988). Skoro tak, to zaryzykować można hipotezę, że pomiar funkcjonowania obronnego ujawnia w jakiś szczególny sposób słabości metodologii kwestionariuszowej – że mechanizmy obronne otwierają „puszkę Pandory” jej założeń (Norem, 1998, s. 896).

Dość niefortunne zestawienie kwestionariuszy z pojęciem zmiennej nieświadomej stało się centralnym punktem ataku krytyków tego rodzaju metodologii. Przykładowo, Vaillant (1998, s. 1149) stwierdza, iż „nie możemy bezpośrednio zapytać ludzi o ich procesy obronne, tak jak i nie możemy zapytać ich o to, czy mają jajko na twarzy, pieprzyk na plecach lub też czy stało się coś, czego nie pamiętają”.

Warto zauważyć, że przesłanki, na których oparto kwestionariuszowy pomiar mechanizmów obronnych, mogą być wobec siebie wzajemnie sprzeczne. W odniesieniu do osoby badanej zakłada się, że jest w takim stopniu świadoma, aby zdać rzetelnie sprawę ze swoich zachowań, myśli oraz uczuć o charakterze obronnym, lecz jednocześnie pozostaje w takim stopniu nieświadoma, że nie może rozpoznać stojących za nimi motywacji. Gdy niespełniony zostaje pierwszy warunek, to użycie kwestionariusza staje się bezcelowe. Gdy temu drugiemu, z kolei, nie stanie się zadość, to przedmiotem pomiaru nie jest już proces obronny. Całej sprawy nie ułatwia jednocześnie to, iż ten ściśle określony oczekiwany poziom świadomości (nieświadomości) ulec może zakłóceniu na skutek samej sytuacji badania, która może się wydać badanemu zagrażająca i zainicjować u niego – dla niej tylko specyficzne (niereprezentatywne) – mechanizmy obronne (por. Cramer, 2000).

Kolejny problem związany z pomiarem kwestionariuszowym jest pewną pochodną idiosynkratycznej natury funkcjonowania obronnego (Davidson i MacGregor, 1998). Mianowicie ten sam bodziec stanowić może psychiczne zagrożenie dla jednej osoby (w jednej sytuacji), a dla drugiej (w innej sytuacji) już nie. Podobnie dzieje się i z zachowaniem, które raz pełnić może funkcje obronne, a kiedy indziej już nie (dobrym przykładem jest tu kłamstwo). Zakres obowiązywania tego zarzutu jest jednak nieco ograniczony. Mimo iż nie jest zapewne możliwe znalezienie bodźca dla wszystkich zagrażającego oraz reakcji będącej zawsze i bezwyjątkowo obronną, to wystarczające może być znalezienie takich bodźców (np. zagrożenia dla samooceny) oraz takich zachowań (np. specyficznego wzorca dokonywania porównań społecznych), które są takimi w większości przypadków.

Swój obszerny i rzetelny teoretycznie przegląd metod kwestionariuszowych Davidson i MacGregor (1998, s. 988) kończą konkluzją, że

„prawdopodobnie każdy pojedynczy kwestionariusz będzie niewystarczający dla uchwycenia wszystkich wymiarów istotnych dla pomiaru złożonego konstrukt mechanizmów obronnych”.

Jako pewne remedium proponują oni odwołanie się do innego rodzaju informacji, takich jak ocena kliniczna lub też dane biograficzne. Wskazują oni jednocześnie na sensowność sięgnięcia do obserwacji osób trzecich, która to możliwość tkwi u podstaw drugiego ujęcia pomiaru mechanizmów obronnych.

Techniki oparte na obserwacji – zarówno te odwołujące się do wywiadu, jak i projekcyjne – uznać można za kontynuację uwag wypowiedzianych w tej sprawie przez Zygmunta Freuda (Perry i Ianni, 1998). Według twórcy psychoanalizy, mechanizm obronny sam w sobie nie może być bezpośrednio doświadczany nie tylko przez osobę, u której zachodzi, lecz także przez jej obserwatora. Ów obserwator jednak pozostaje w pozycji o tyle lepszej, o ile może on dokonywać rozsądnych wnioskowań na temat ukrytej aktywności obronnej. Wątek ten – nieprowadzący u Freuda do żadnej usystematyzowanej metody – rozwinięty zostanie przez badaczy późniejszych.

Główną zaletę metod obserwacyjnych stanowi brak paradoksalności oraz problemów technik kwestionariuszowych. Davidson i MacGregor (1996) wskazują chociażby na to, że osoba badana nie tylko nie musi znać swoich motywów, lecz także może pozostawać całkowicie nieświadoma samych zachowań obronnych. Odwołanie się do kwestionariusza byłoby wtedy bezużyteczne. Innymi zaletami badań obserwacyjnych wymienianymi przez Davidson oraz MacGregora są możliwości odwołania się do bardzo dużego zasobu danych oraz paralelność tego rodzaju badań wobec ocen dokonywanych w życiu codziennym.

Techniki obserwacyjne nie są oczywiście wolne od wszelkich słabości. Pierwszą i – zdaje się – najważniejszą z nich jest obciążenie subiektywizmem osoby oceniającej. Gdy szacowaną zmienną są mechanizmy obronne, obciążenie takie zdaje się szczególnie widoczne – pomiar odzwierciedla tu „sądy oceniające dotyczące procesów umysłowych” (Vaillant, 2000, s. 90) i, tym samym, w istotnym stopniu pozostaje funkcją punktu widzenia obserwatora. Subiektywizm obciążający metody obserwacyjne, podobnie jak i inne związane z nimi trudności (wymagający czasu proces dokonywania oceny oraz trudności z przygotowaniem rzetelnego systemu kodowania), stanowią pewne ograniczenie, w związku z czym powinny być one zawsze wzięte pod uwagę podczas konstrukcji tego rodzaju technik. Same w sobie jednak nie wydają się dla metodologii obserwacyjnej dyskwalifikujące.

Rozwój procedur pomiaru mechanizmów obronnych opartych na obserwacji rozpoczął się w latach sześćdziesiątych ubiegłego wieku i doprowadził do powstania całkiem sporej grupy instrumentów (por. Perry i Ianni, 1998). I tak, przykładowo, wymienić można oparte na wywiadzie: metody Normy Haan (1963), George’a Vaillanta (1977) oraz nieco nowsze *Defense Mechanism Rating Scales* (DMRS, Perry i Cooper, 1986; Perry, 1990) i *Defense-Q* (Davidson i MacGregor, 1996). Co do technik projekcyjnych, to historyczne już znaczenie posiadają *Defence Mechanism Test* (DMT, Kragh, 1955) oraz *Blacky Defense Preference Inventory* (Blum, 1956). Nieco nowsze natomiast są oparte na tablicach plam atramentowych Rorschacha *Lerner Defense Scales* (LDS, Lerner i Lerner, 1980) oraz *Rorschach Defense Scales* (RDS, Cooper, Perry i Arnow, 1988) oraz

wykorzystująca TAT metoda Phebe Cramer *Defense Mechanism Manual* (DMM, por. Cramer, 1987, 2006).

O ostatniej z tych metod warto powiedzieć kilka słów więcej z uwagi na to, iż jest ona ściśle związana z zarysowanym powyżej pojęciem mechanizmów obronnych. Warto się z nią zapoznać także z tego względu, że jest ona aktualnie w dziedzinie badań nad mechanizmami obronnymi bardzo często używana. Zestaw bodźców wykorzystywanych w tym teście jest powszechnie znany i pochodzi bądź to z TAT (Murray, 1943), bądź też – w wypadku dzieci – z CAT (Bellak, 1954). W pojedynczym badaniu – zazwyczaj indywidualnym – prezentuje się osobie badanej kilka kart i prosi się ją o wymyślenie do każdej z nich historyjki. Uzyskane w ten sposób opowiadania stają się następnie materiałem, na podstawie którego dokonuje się oszacowania użytku, jaki dana osoba czyni z trzech głównych metod obrony: zaprzeczenia, projekcji oraz identyfikacji (w ramach każdej z nich wyróżniono siedem podkategorii). Szczegółowe zasady punktowania (oraz niepunktowania) poszczególnych elementów historyjek zawarte są w obszernym podręczniku¹⁰. Za każde wystąpienie cechy charakterystycznej dla danego mechanizmu obronnego przyznawany jest jeden punkt, co czyni punktację teoretycznie nieograniczoną, a pomiar uzależnionym od długości historyjek¹¹. Od osoby kodującej opowiadania osobie badanej wymagana jest znajomość teorii mechanizmów obronnych.

Metoda Cramer wydaje się propozycją ciekawą także dlatego, iż cechują ją całkiem dobre – zwłaszcza jak na technikę projekcyjną – właściwości psychometryczne (Hibbard i in., 1994; Hibbard i Porcerelli, 1998; por. Cramer, 2006; Perry i Ianni, 1998). I tak, uzyskano wyniki potwierdzające jej rzetelność w badaniach dzieci, młodzieży, dorosłych oraz prób klinicznych. Mediany współczynników Pearsona uzyskanych w badaniach 17 oddzielnych prób, które podsumowali Cramer oraz Block (1998), wynosiły 0,81 dla skali zaprzeczenia, 0,80 dla skali projekcji oraz 0,64 dla skali identyfikacji. Także trafność wewnętrzną tego narzędzia uzyskała swoje potwierdzenie – zgodne z teorią, rezultaty uzyskano w ramach: wzorca rozwojowego mechanizmów obronnych, ich podatności na stres i obecność psychopatologii, związku z różnicami płciowymi, osobowością (np. siłą ego) oraz funkcjonowaniem interpersonalnym, a także z podatnością funkcjonowania obronnego na manipulację eksperymentalną i psychoterapię (Cramer, 2006).

* * *

¹⁰ Dostępny jest on na stronie: www.williams.edu/Psychology/Faculty/Cramer/cramer.html

¹¹ Propozycję pewnej relatywizacji wyników znaleźć można u Hibbarda i współpracowników (1994).

Mechanizmy obronne, czyli postulowane przez psychologię dynamiczną nieświadome procesy służące unikaniu negatywnych emocji, rozumiane być mogą jako pewna forma regulacji afektu. Jako takie wchodzą one w dwoistego rodzaju związki z procesem samoregulacji. Kiedy funkcjonują na stosunkowo niedojrzałym poziomie, stanowią dla niego pewne zakłócenie (zagrożenie). Między innymi dlatego można je wtedy uznać za nieadaptacyjne. Przy pewnym, wyższym poziomie dojrzałości mechanizmy obronne nie tylko nie prowadzą do zakłóceń w procesie samoregulacji, ale wręcz – jako forma pewnej nieświadomej meta--samoregulacji – umożliwiają jego sprawny przebieg. Kiedy tak się dzieje, to uznać je można za zjawiska o charakterze jak najbardziej adaptacyjnym.

Z wielu względów zagadnienia związane z funkcjonowaniem obronnym pozostawały w psychologii akademickiej przez wiele lat przemilczane. Ostatnio jednak – na skutek rezultatów uzyskiwanych w obrębie różnych subdyscyplin psychologicznych – problematyka ta zdaje się powracać. Odpowiedź na pytanie, czy fakt owego powrotu jest zjawiskiem dla empirycznie rozumianej psychologii korzystnym, zależy od dookreślenia pewnych kluczowych kwestii metateoretycznych i metodologicznych – kwestii, które zawsze stanowiły słabość tej dziedziny przedmiotowej.

Próbę przybliżenia się do takiego dookreślenia stanowić miał powyższy rozdział. Jego celem była możliwie dokładna analiza pojęcia mechanizmu obronnego, a także związanych z nim możliwości operacjonalizacji. Mając w pamięci uzyskane powyżej rezultaty, stwierdzić można, że rozstrzygnięcie problemu użyteczności pojęcia mechanizmu obronnego dla psychologii empirycznej jest – przynajmniej obecnie – zadaniem trudnym. Niezależnie jednak od kształtu takiego rozstrzygnięcia warto pamiętać o tym, aby nie zagubić samego zakresu przedmiotowego, który za pomocą konstrukt mechanizmu obronnego próbuje się oddać.

Literatura cytowana

- Andrews, G., Singh, M. i Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181, 246–256.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (wyd. 4, popr.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Bargh, J.A. i Chartrand, T.L. (1999). The Unbearable Automaticity of Being. *American Psychologist*, 54, 462–479.

- Bargh, J.A., Gollwitzer, P.M., Lee-Chai, A., Barndollar, K. i Trötschel, R. (2001). The Automated Will: Nonconscious Activation and Pursuit of Behavioral Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1014–1027.
- Baumeister, R.F., Dale, K. i Sommer, K.L. (1998). Freudian Defense Mechanisms and Empirical Findings in Modern Social Psychology: Reaction Formation, Projection, Displacement, Undoing, Isolation, Sublimation, and Denial. *Journal of Personality*, 66, 1081–1124.
- Bellak, L. (1954). *The Thematic Apperception Test and the Children Apperception Test and the Senior Apperception Technique in Clinical Use*. New York: Grune & Stratton.
- Blum, M.D. (1956). Defense Preference in Four Countries. *Journal of Projective Techniques*, 20, 33–41.
- Chartrand, T.L. i Bargh, J.A. (2002). Nonconscious Motivations: Their Activation, Operation, and Consequences. W: A. Tesser, D.A. Stapel i J.V. Wood (red.), *Self and Motivation: Emerging Psychological Perspectives* (s. 13–41). Washington, DC: American Psychological Association.
- Cooper, S.H. (1998). Changing Notions of Defense Within Psychoanalytic Theory. *Journal of Personality*, 66, 947–964.
- Cooper, S.H., Perry, J.C. i Arnow D. (1988). An Empirical Approach to the Study of Defense Mechanisms: I. Reliability and Preliminary Validity of the Rorschach Defense Scales. *Journal of Personality Assessment*, 52, 187–203.
- Cramer, P. (1987). The Development of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 55, 567–614.
- Cramer, P. (1997). Evidence for Change in Children's Use of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 65, 233–247.
- Cramer, P. (1998a). Defensiveness and Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 66, 879–894.
- Cramer, P. (1998b). Coping and Defense Mechanisms: What's the Difference? *Journal of Personality*, 66, 919–946.
- Cramer, P. (2000). Defense Mechanisms In Psychology Today: Further Processes for Adaptation. *American Psychologist*, 55, 637–646.
- Cramer, P. (2001). The Unconscious Status of Defense Mechanisms. *American Psychologist*, 56, 762–763.
- Cramer, P. (2006). *Protecting the Self: Defense Mechanisms in Action*. New York: Guilford Press.
- Cramer, P. i Blatt, S.J. (1993). Change in Defense Mechanisms Following Intensive Treatment as Related to Personality Organization and Gender. W: W. Ehlers, U. Hentshel, G. Smith i J.G. Draguns (red.), *The Concept of Defense Mechanisms in Contemporary Psychology* (s. 310–320). New York: Springer-Verlag.
- Cramer, P. i Block, J. (1998) Preschool Antecedents of Defense Mechanism Use in Young Adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 159–169.
- Cramer, P. i Brilliant, M. (2001). Defense Use and Defense Understanding in Children. *Journal of Personality*, 69, 291–321.
- Davidson, K. i MacGregor, M.W. (1996). Reliability of An Idiographic Q-Sort Measure of Defense Mechanisms. *Journal of Personality Assessment*, 66, 624–639.

- Davidson, K. i MacGregor, M.W. (1998). A Critical Appraisal of Self-Report Defense Mechanisms Measures. *Journal of Personality*, *66*, 965–992.
- Erdelyi, M.H. (2001). Defense Processes Can Be Conscious or Unconscious. *American Psychologist*, *56*, 761–762.
- Freud, A. (1936/2004). *Ego i Mechanizmy obronne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Funder, D.C. i Colvin, C.R. (1988). Friends and Strangers: Acquaintanceship, Agreement, and the Accuracy of Personal Judgement. *Journal of Personality and Social Psychology*, *55*, 159–158.
- Gleser, G.C. i Ihilevich, D. (1969). An Objective Instrument for Measuring Defense Mechanisms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *33*, 51–60.
- Gould, J.R., Prentice, N.M. i Ainslie, R.C. (1996). The Splitting Index: Construction of a Scale Measuring the Defense Mechanism of Splitting. *Journal of Personality Assessment*, *66*, 414–430.
- Grzegołowska-Klarkowska, H.J. (1986). *Mechanizmy obronne osobowości*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Grzegołowska-Klarkowska, H.J. (2001). Samoobrona przez samooszukiwanie się. W: M. Kofta i T. Szutrowa (red.), *Złudzenia, które pozwalają żyć* (s. 176–198). Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Haan, N. (1963). Proposed Model of Ego Functioning: Coping and Defense Mechanisms in Relation to IQ Change. *Psychology Monographs*, *77*, 1–23.
- Hibbard, S., Farmer, L., Wells, C., Difillipo, E., Barry, W., Korman, R. i Sloan, P. (1994). Validation of Cramer's Defense Mechanism Manual for the TAT. *Journal of Personality Assessment*, *63*, 197–210.
- Hibbard, S. i Porcerelli, J. (1998). Further Validation for the Cramer Defense Mechanism Manual. *Journal of Personality Assessment*, *70*, 460–483.
- Holmes, D.S. (1974). Investigations of Repression: Differential Recall of Material Experimentally or Naturally Associated with Ego Threat. *Psychological Bulletin*, *81*, 632–653.
- Joffe, P., i Naditch, M.P. (1977). Paper and Pencil Measures of Coping and Defense Processes. W: N. Haan (red.), *Coping and Defending* (s. 280–297). New York: Academic Press.
- Karoly, P. (1993). Mechanisms of Self-Regulation: A System View. *Annual Review of Psychology*, *44*, 23–52.
- Kellner, H., Butters, N. i Wiener, M. (1964). The Mechanisms of Defense: An Alternative Response. *Journal of Personality*, *32*, 601–621.
- Kernberg, P.F. (1994). Mechanisms of Defense: Development and Research Perspectives. *Bulletin of the Menninger Clinic*, *58*, 55–87.
- Kragh, U. (1955). *The Actual-Genetic Model of Perception-Personality*. Lund: Gleerup.
- Lerner, P.M. i Lerner, H.D. (1980). Rorschach Assessment of Primitive Defenses in Borderline Personality Structure. W: J.S. Kwawer, H. Lerner, P. Lerner i A. Sugarman (red.), *Borderline Phenomena and the Rorschach Test* (s. 257–274). New York: International Universities Press.
- Miceli, M. i Castelfranchi, C. (2001). Further Distinctions Between Coping and Defense Mechanisms? *Journal of Personality*, *69*, 287–296.
- Murray, H.A. (1943). *Thematic Apperception Test*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Nasserbakht, A., Araujo, K. i Steiner, H. (1996). A Comparison of Adolescent and Adult Defense Styles. *Child Psychiatry and Human Development*, 27, 3–14.
- Newman, L.S. (2001). Coping and Defense: No Clear Distinction. *American Psychologist*, 56, 760–761.
- Nisbett, R.E. i Wilson, T.D. (1977). Telling More than We Can Know: Verbal Reports on Mental Processes. *Psychological Review*, 84, 231–259.
- Nishimura, R. (1998). Study of the Measurement of Defense Style Using Bond's Defense Style Questionnaire. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 52, 419–424.
- Norem, J.K. (1998). Why Should We Lower Our Defenses About Defense Mechanisms? *Journal of Personality*, 66, 895–917.
- Parker, J.D.A. i Endler, N.S. (1996). Coping and Defense: A Historical Overview. W: M. Zeidner i N.S. Endler (red.), *Handbook of Coping. Theory, Research, Applications* (s. 3–23). New York: John Wiley & Sons.
- Paulhus, D.L., Fridhandler, B. i Hayes, S. (1997). Psychological defense: Contemporary theory and research. W: J. Johnson, R. Hogan i S.R. Briggs (red.), *Handbook of Personality Psychology* (s. 543–579). New York: Academic Press.
- Perry, J.C. (1990). *Defense Mechanism Rating Scales* (DMRS) (wyd. 5). Cambridge, MA: Perry J.C.
- Perry, J.C. i Cooper, S.H. (1986). A Preliminary Report on Defenses and Conflicts Associated with Borderline Personality Disorder. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 34, 863–893.
- Perry, J.C. i Ianni, F.F. (1998). Observer-Rated Measures of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 66, 993–1024.
- Plutchik, R., Kellerman, H. i Conte, H.R. (1979). A Structural Theory of Ego Defenses and Emotions. W: C.E. Izard (red.), *Emotions in Personality and Psychopathology* (s. 229–257). New York: Plenum Press.
- Porcerelli, J.H., Thomas, S., Hibbard, S. i Cogan, R. (1998). Defense Mechanism Development in Children, Adolescents, and Late Adolescents. *Journal of Personality Assessment*, 71, 411–420.
- Sahdra, B. i Thagard, P. (2003). Self-Deception and Emotional Coherence. *Minds and Machines*, 13, 213–231.
- Thienemann, M., Shaw, R.J. i Steiner, H. (1998). Defense Style and Family Environment. *Child Psychiatry and Human Development*, 28, 189–198.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to Life*. Boston: Little, Brown.
- Vaillant, G.E. (1994). Ego Mechanisms of Defense and Personality Psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 44–50.
- Vaillant, G.E. (1998). Where Do We Go From Here? *Journal of Personality*, 66, 1147–1157.
- Vaillant, G.E. (2000). Adaptive Mental Mechanisms: Their Role in a Positive Psychology. *American Psychologist*, 55, 89–98.
- Van der Leeuw, P.J. (1971). On the Development of the Concept of Defense. *International Journal of Psychoanalysis*, 52, 51–58.
- Vickers, R.R. i Hervig, L.K. (1981). Comparison of Three Psychological Defense Mechanism Questionnaires. *Journal of Personality Assessment*, 45, 630–638.