

OBRAMBENI MEHANIZMI OSOBNOSTI



- Prilikom realističnog i nerealističnog rješavanja konfliktne situacije aktiviraju se i neki obrambeni mehanizmi
- Oni služe obrani samopoštovanja, štite od psihičkih trauma

- RACIONALIZACIJA – opravdavanje, omalovažavanje, uljepšavanje
- AGRESIJA – konstruktivna, destruktivna, fizička, verbalna, pomaknuta
- KOMPENZACIJA – nadomještanje, promjena u aktivnosti

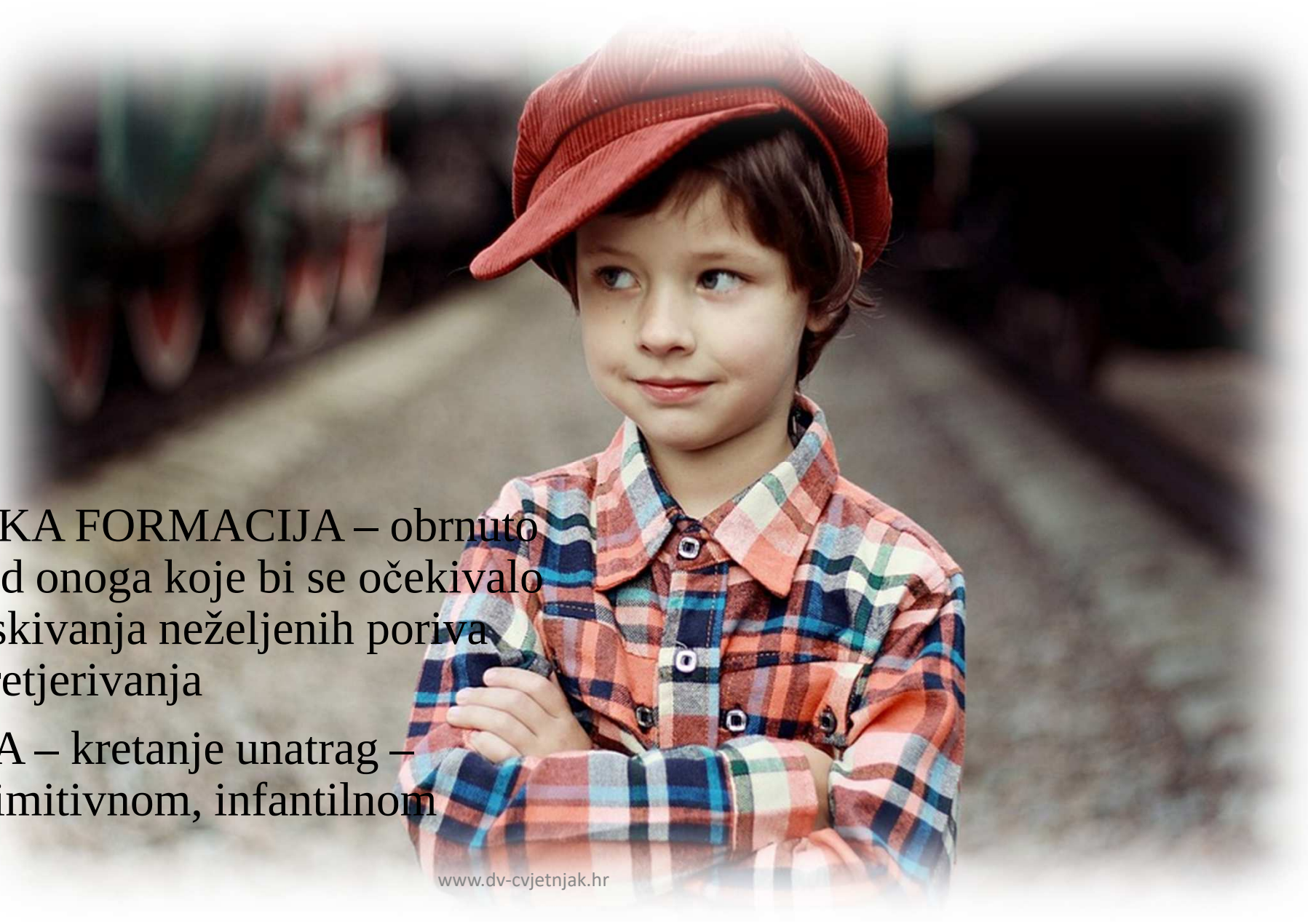




- SUBLIMACIJA – oplemenjivanje , prienos energije s neuspješnog na uspješni aspekt života
- IDENTIFIKACIJA – ublažavanje osjećaja vlastita neuspjeha poistovjećivanjem s osobom ili institucijom koja je uspješna

- MAŠTANJE – omogućuje postizanje onoga što u realnosti ne uspijevamo
- REPRESIJA – potiskivanje, istiskivanje neugodnog doživljaja iz savjesti, čime se ne sprječava njegovo djelovanje u podsvijesti
- PROJEKCIJA – pridavanje vlastitih osobina drugima (uglavnom nesvjesna)



- 
- REAKCIJSKA FORMACIJA – obrnuto ponašanje od onoga koje bi se očekivalo – zbog potiskivanja neželjenih poriva dolazi do pretjerivanja
 - REGRESIJA – kretanje unatrag – povratak primitivnom, infantilnom ponašanju

- 
- **POVLAČENJE** – iz konfliktne situacije može biti stvarno ili maštanjem. Može biti opasno jer znači odustajanje od stvarnog rješavanja problem te može dovesti do usamljenosti, apatije, poricanja vrijednosti

INSULACIJA – izdavanje jednog mentalnog sadržaja od drugih dijelova sadržaja (npr. emocija) tako da se oteža veza među njima (npr. zubar, vađenje krvi...)