

DE LA SIGMUND FREUD LA DSM IV – INVENTARUL MECANISMELOR DE APĂRARE PSIHIKĂ (PARTEA A DOUA)

DĂNUȚ I. CRAȘOVAN*
Universitatea Eftimie Murgu din Reșița
Facultatea de Științe Sociale

Abstract

This second part of the study continues the inventory of the psychic defense mechanisms, adding another 78 psychic defense mechanisms to those 110 presented in the first part of the study (Crașovan, 2019). By this addition, the inventory of psychic defense mechanisms reaches the number of 187. Also, in this second part of the study, psychic defense mechanisms were included both from the Defense Functioning Scale (APA, 2000/2003) as well as psychic defense mechanisms operationalized and evaluated through one of the most used assessment tools of this topic – DSQ 60 (Crașovan, Maricuțoiu, 2012; Thygesen, Drapeau, Trijsburg, Lecours, de Roten, 2008) and also the self defense mechanisms theorized by different authors starting with Sigmund Freud and Ana Freud. Thus, by completing this retrospective on the evolution and diversification of the number of self-defense mechanisms, through which 187 psychic defense mechanisms were identified, the article also shows the difficulty of reaching the consensus on the number of psychic defense mechanisms to be introduced in the DSM V (Vaillant, 2012).

Cuvinte-cheie: mecanisme de apărare psihică, Sigmund Freud, DSM IV, DSM V.

Keywords: psychological defense mechanisms, Sigmund Freud, DSM IV, DSM V.

1. INTRODUCERE

După cum a fost demonstrat (Cramer, 2000; Cramer, 2015; Cramer, Blatt, 1992; Blackman, 2009; Bond, 2004; Bond, Perry, 2004; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Vaillant, 1976, 1993a, 1993b), identificarea mecanismelor de apărare psihică, utilizate atât de subiecții umani fără afecțiuni psihice, cât și de subiecții umani cu afecțiuni psihice, a gradului de adaptabilitate a acestor mecanisme psihice, este importantă pentru evoluția ulterioară a subiectului normal sau diagnosticat cu tulburări mentale din perspectiva alegerii metodei de intervenție – psihoterapie sau medicație.

Cu toate că diferiți autori (Bergeret, 1972/1986; Bibring, Dwyer, Huntington, Valenstein, 1961 apud Blackman, 2009; Crașovan, 2007, 2011, 2019; DSM III,

* Universitatea Eftimie Murgu din Reșița, Facultatea de Științe Sociale, 320085, Reșița, str. Traian Vuia, nr. 1–4, România; E-mail: d.crasovan@uem.ro

1987; DSM IV, 1994; DSM IV R, 2000/2003; Freud, S., 2007; Freud, A., 2002; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche, Pontalis, 2004; Plutchik, 1995, Plutchik, Conte, 1989 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Vaillant, 1993a) au prezentat diferite liste, clasificări, ierarhii, inventare, începând cu prima listă propusă de Freud, A. (2002) și până la *Scala de Funcționare a Apărării* din DSM IV (APA, 2000/2003), numărul mecanismelor de apărare psihică, vehiculate din momentul apariției conceptului de mecanism de apărare psihică ale eului și până la excluderea mecanismelor de apărare psihică din DSM V (Vaillant, 2012), nu este inventariat sub forma unei liste globale care să includă orice listă sau inventariere anterioară.

Astfel, acest articol reprezintă o continuare a primei părți a inventarului mecanismelor de apărare psihică prin adăugarea unui număr de 78 de mecanisme de apărare psihică ale eului la cele 110 mecanisme de apărare psihică identificate și prezentate în prima parte (Crașovan, 2019).

Această a doua parte a inventarului mecanismelor de apărare psihică ale eului continuă și completează inventarul mecanismelor de apărare psihică cu alte mecanisme de apărare psihică incluse în *Scala de Funcționare a Apărării* din DSM IV (APA, 2000/2003), cu mecanismele de apărare psihică operaționalizate și evaluate prin DSQ 60 (Crașovan, Maricuțoiu, 2012; Thygesen, Drapeau, Trijsburg, Lecours, de Roten, 2008) și cu mecanisme de apărare ale eului teoretizate și prezentate de alți autori în diferite liste și clasificări (Bergeret, 1972/1986; Bibring *et al.*, 1961 apud Blackman, 2009; Crașovan, 2007, 2011, 2019; DSM III, 1987; DSM IV, 1994; DSM IV R, 2000/2003; Freud, S., 2007; Freud, A., 2002; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche, Pontalis, 2004; Plutchik, 1995, Plutchik, Conte, 1989 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Vaillant, 1993).

2. INVENTARUL MECANISMELOR DE APĂRARE PSIHICĂ

Prin această ultimă parte a inventarului sunt adăugate alte 78 de mecanisme de apărare psihică la cele 110 mecanisme defensive prezentate în prima parte a inventarului (Crașovan, 2019), pentru fiecare mecanism de apărare psihică sunt precizați autorii (sunt incluse și sursele bibliografice secundare – autorul și anii apariției articolului/cărții) și definiția mecanismelor sau a variantelor acestora:

1. **Acordul rezervat** (Abend, 1975 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă a subiectului uman prin care sunt gestionate situațiile percepute ca periculoase de către eul subiectului, constând în acordul parțial asupra unei situații, relații, context, divergențe în care acesta este implicat, acord prin care se autoprotejează împotriva posibilelor consecințe ale propriei furii și frustrări.
2. **Activism** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV TR, 2000; Twemlow, Sacco, Fonagy, 2008; Vaillant, 1971, 1993a apud Blackman, 2009). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatice externe prin care subiectul uman evită trăirea sau reflecția asupra afectelor, constând în recurgerea la acțiune.

3. **Afilieră** (D.S.M.-IV-TR, 2000). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe de către subiectul uman prin solicitarea și acceptarea de ajutor și suport din partea celorlalți.
4. **Afirmare de sine prin exprimarea sentimentelor** [autoafirmare în D.S.M.-IV TR, 2000 (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002)]. Modalitate de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe de către subiectul uman prin comunicarea directă, neutră (fără valențe manipulatorie ori agresive) a sentimentelor și gândurilor.
5. **Agresiune pasivă** (Perry, 1990 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Blackman, 2009). Modalitate defensivă de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului constând în agresivitate la nivel verbal și atitudinal, fără punere în act.
6. **Altruism** (D.S.M.-IV-TR, 2000; Blackman, 2009). Modalitate superioară de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe de către subiectul uman prin manifestarea devotamentului față de ceilalți.
7. **Anticipare** (D.S.M.-IV-TR, 2000; Blackman, 2009). Modalitate superioară de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe de către subiectul uman prin imaginarea viitorului, astfel încât să experimenteze anticipat propriile reacții emoționale, să anticipeze posibilele consecințe și să dețină posibilele răspunsuri sau soluții.
8. **Anularea** (Bergeret, 1972/1986). Modalitate defensivă de evitare a neplăcerilor sau consecințelor unui act constând în credința subiectului într-un act/acțiune care poate anula, în mod retroactiv, acțiunile anterioare.
9. **Anularea retroactivă** (Bergeret, 1972/1986; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV TR, 2000; Freud, A., 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Blackman, 2009). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe de către subiectul uman prin existența credinței/iluziei prin care „*evenimente, acțiuni sau dorințe conflictuale ar putea fi anulate grație puterii absolute a unei acțiuni sau dorințe ulterioare, considerate a avea un efect de distrugere retroactivă*” (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002, p. 153).
10. **Autoobservarea** (D.S.M.-IV TR, 2000). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe constând în reflecția asupra comportamentului, afectelor, sentimentelor, motivației și gândurilor subiectului.
11. **Capacitatea de a recurge la celălalt** (D.S.M.-IV-TR, 2000). Mecanism defensiv de elaborare a conflictelor psihice utilizat de subiectul uman prin solicitarea ajutorului și suportului din partea celorlalți.
12. **Clivajul eului și clivajul obiectului** (Bergeret, 1982/1972; Diatkine, 2002; D.S.M.-IV-TR, 2000; Laplanche și Pontalis, 1994; Perron, Perron-Borelli, 2005; Roudinesco, Plon, 2002). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice ori a conflictelor externe/situațiilor traumatiche externe de către subiectul uman

prin divizarea (în situațiile angoasante) a eului (clivajul eului) sau divizarea obiectului (clivajul obiectului), fapt care determină coexistența celor două părți separate și care nu sunt conștiente una de cealaltă, în condițiile în care nu poate fi realizat un compromis.

13. **Clivajul realității** (Bergeret, 1972/1986; Laplanche și Pontalis, 1994). Modalitate defensivă prin care subiectul uman gestionează pericolele percepute de eul subiectului prin clivarea/scindarea realității în mod similar cu clivajul eului și obiectului.
14. **Constituirea grupului** (Freud, S., 2000c; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002). Modalitate defensivă prin care subiectul gestionează pericolele percepute de eu prin depășirea spațiului intrapsihic, luând forma unei defense grupale, prin implicarea excesivă într-un grup, în speranța anulării nevoilor sexuale.
15. **Deplasarea** (Laplanche și Pontalis, 1994; Roudinesco, Plon, 2002). Mecanism defensiv prin care: „*accentul, interesul, intensitatea unei reprezentări se poate detașa de aceasta, pentru a trece la alte reprezentări originare mai puțin intense, dar legate de prima reprezentare printr-un lanț asociativ*” (Laplanche și Pontalis, 1994, p. 114).
16. **Deprecierea** (D.S.M.-III-R, 1987). Modalitate defensivă a subiectului uman constând în atribuirea la ceilalți a unor defecte ireale sau de exagerare a unor defecte minore.
17. **Devalorizarea** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă, de nivel scăzut, constând în deprecierea celuilalt pentru conservarea sau creșterea propriei valori sau stime de sine.
18. **Disocierea** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă împotriva pericolelor percepute de eul subiectului, constând în clivarea unor aspecte ale personalității care devin inconștiente, subiectul fiind, astfel, protejat de intensitatea evenimentelor traumatiche din istoria personală.
19. **Distorsiunea psihotică** (D.S.M.-IV, 1994). Modalitate de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului constând în distorsionarea majoră a realității și care determină transformarea realității externe în conformitate cu dorințele subiectului.
20. **Evadarea în „realitatea virtuală”** (Bhuvaneswar, Gutheil, 2008; Brunner, 2000; Crașovan, 2007; Tan, 2008). Modalitate de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului prin evadarea într-o realitate în care este posibilă realizarea tuturor dorințelor subiectului. O liberalizare a pulsionii scopice prin care subiectului contemporan îi este permis să trăiască totul și prin care societatea contemporană este transformată într-o societate a spectacolului (Brunner, 2000). Această modalitate defensivă are efect catartic, evident prin tendințele din psihoterapie: e-mailul ca psihoterapie (Bhuvaneswar, Gutheil, 2008); valențele autoterapeutice ale blogului în cadrul rețelei sociale MySpace (Tan, 2008).
21. **Extenuarea** (Blackman, 2009). Modalitate de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului împotriva sentimentelor de inadecvare la propria persoană

sau la unele situații prin adoptarea și trăirea unei stări de oboseală cronică nemotivată obiectiv.

22. **Fantasma** (Perron-Borelli, 2005). Modalitate defensivă constând într-un scenariu conștient (având un rol defensiv de deghizare) sau inconștient prin care subiectul pune în scenă, deghizat sau nu, o dorință sau reveria pe care ne-o permitem, pe care o cultivăm sau care ni se impune în pofida noastră.
23. **Formațiunea reacțională** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV-TR, 2000; Freud, A., 2002; Gorelik, 1931 apud Blackman, 2009; Laplanche și Pontalis, 1994). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice prin modificarea caracterului și permițând o economie a refulării, astfel încât tendințele inacceptabile ale subiectului sunt înlocuite cu tendințe opuse care se vor permanentiza în timp.
24. **Hiperabstractizarea** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului printr-o activitate excesivă de teoretizare, analiză și abstractizare.
25. **Hiperraționalitatea** (Freud, S., 2003 apud Blackman, 2009). Modalitate discutabilă de elaborare a conflictelor psihice constând în utilizarea excesivă de către eul subiectului a funcției de testare a realității și proceselor secundare (gândire logică orientată temporal) pentru evitarea afectelor.
26. **Hipervigilența** (Blackman, 2009). Modalitate de elaborare a pericolelor percepute de eul subiectului împotriva anxietății de natură agresivă, sexuală, afectivă, constând într-o atenție exagerată și nemotivată.
27. **Idealizarea** (D.S.M. IV-TR, 2000; Irimia, 2003; Kernberg, 1975, Kohut, 1971 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă a subiectului uman constând în supraevaluarea celui alt datorită: narcisismului, confundării celui alt cu supraestimarea propriei persoane asociată cu distorsiunile referitoare la exagerarea calităților celui alt, iubirii, transferului sau, după Irimia (2003), idealizarea este o modalitate defensivă patologică a eului prin care subiectul uman vrea să împodobească obiectul persecutor cu trăsături perfecte, perfecționism ce paralizează eul orbit de strălucirea artificială a obiectului.
28. **Identificarea autopunitivă** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002). Modalitate defensivă de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului prin intermediul unei identificări cu anumite aspecte având valență negativă (acte, idei, atitudini) ce atrag sancțiuni, pedepse și prin care subiectul încearcă diminuarea sau anularea anxietății ori angoasei.
29. **Identificarea complementară** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă specifică psihoterapiei constând într-un tip de identificare prin care psihoterapeutul adoptă, în mod inconștient, o atitudine specifică unei persoane importante din trecutul pacientului.
30. **Identificare concordantă** (Racker, 1953 apud Blackman, 2009). Reacție opusă transferului prin care psihoterapeutul preia temporar în imaginea de sine aspecte ale pacientului care sunt introiectate, la rândul lor, de acesta.

31. **Identificarea cu agresorul** (Bergeret, 1986/1972; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994). Gestionarea de către subiectul uman a unui pericol exterior prin identificarea, în diferite moduri (imitând fizic sau moral persoana agresorului, preluând simboluri ale puterii agresorului sau reluând pe cont propriu agresiunea), cu agresorul.
32. **Identificarea cu dorințe/fantasme parentale conștiente sau inconștiente** (Johnson, Szurek, 1952 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă prin care subiectul pune în act dorințele inacceptabile ale părinților pentru care este pedepsit.
33. **Identificarea cu o fantasmă** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă prin care subiectul evită pericolele și afectele neplăcute adoptând un mod de comportament specific pentru un erou.
34. **Identificarea cu o imagine sau cu un obiect idealizat** (Carlson, 1977 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului prin adoptarea și identificarea cu persoane considerate remarcabile, indiferent dacă calitățile acestor persoane sunt reale sau doar atribuite de subiect.
35. **Identificarea cu introiectul** (Sandler, 1960 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului prin care reprezentarea obiectului (perceput ca periculos) este introiectată, devenind, ulterior, parte a supraeului. Această modalitate defensivă este considerată normală, în perioada de latență, dar patologică la adult atunci când subiectul introiectează trăsăturile obiectului pierdut (persoană iubită și pierdută), trăsături urâte de subiect, ură care se poate întoarce împotriva subiectului determinând reacții depresive.
36. **Identificarea cu obiectul iubit** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002). Modalitate defensivă prin care subiectul încearcă depășirea pericolelor percepute la nivelul eului sau a stresorilor externi prin identificarea cu obiectele sau caracteristicile obiectelor iubite și protective din perioade evolutive depășite (părinți sau alte persoane semnificative și securizante din mediul subiectului).
37. **Identificarea cu obiectul lezat** (Kitayama, 1991 apud Blackman, 2009). Modalitate de elaborare a pericolelor percepute de eul subiectului prin care acesta se apără prin identificarea cu obiectele lezate.
38. **Identificarea cu obiectul pierdut** (Freud, S., 2000; Kitayama, 1991, Volkan, 1987a apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă prin care subiectul încearcă depășirea perioadei de doliu după obiectul pierdut prin identificarea cu caracteristicile obiectului pierdut.
39. **Identificarea cu victima** (MacGregor, 1991 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă prin care subiectul adoptă modelul unei alte persoane, provocând abuzul și acceptând să fie agresat, comportamentul subiectului reprezentând o apărare împotriva sentimentelor de vinovăție și furie motivat de dorința de salvare și ispășire.

40. **Identificarea prin negație** (Crașovan, 2011) Modalitate defensivă prin care subiectul încearcă gestionarea pericolelor printr-o identificare cu obiectul (în acest caz, o altă persoană semnificativă pentru subiect – din propria familie sau anturaj) negat sau cu atributele negative ale obiectului. Subiectul neagă obiectul sau atributele acestuia, dar, în baza unei investiții afective desfășurate în timp, se identifică în final cu obiectul.
41. **Identificarea proiectivă** (Bergeret, 1972/1986; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV R, 2000; Laplanche și Pontalis, 1994; Roudinesco, Plon, 2002; Waska, 2008). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice constând „într-o fantasmă prin care subiectul își imaginează că intră parțial sau total în interiorul celuilalt, încercând astfel să se debaraseze de sentimente și pulsuni simțite ca indezirabile și încercând în acest mod să-i facă rău celeilalte persoane, să o posede și să o controleze” (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002, p. 204). Identificarea proiectivă este prezentă în cadrul analitic, reprezentând fundamentul psihic al comunicării, apărării, atașamentului și agresivității în relația cu analistul (Waska, 2008).
42. **Impulsivitatea** (Lustman, 1966 apud Blackman, 2009). Modalitate de elaborare a conflictelor percepute de eul subiectului prin care subiectul se folosește de sex, de mâncat, de ostilitate pentru a se elibera de tensiune sau de afecte neplăcute.
43. **Intellectualizarea** (Bergeret, 1972/1986; D.S.M.-IV R, 2000; Freud, A., 2002; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Vaillant, 1971, 1993 apud Blackman, 2009). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice prin care subiectul uman recurge la „abstracție și generalizare în confruntarea cu o situație conflictuală care l-ar îngrozi prea tare pe subiect dacă acesta ar recunoaște că este implicat personal” (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002, p. 206).
44. **Izolarea** (Bergeret, 1986/1972; D.S.M.-IV TR, 2000; Freud, A., 2002; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Vaillant, 1971, 1993 apud Blackman, 2009;). Modalitate de elaborare a conflictelor psihice „având două sensuri: (1) eliminarea afectului legat de o reprezentare (amintire, idee, gând) conflictuală, în timp ce reprezentarea în cauză rămâne conștientă; (2) separarea artificială între două idei sau două comportamente care în realitate sunt legate, relația lor neputând fi recunoscută de către subiect fără o anumită îngrozire” (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002, p. 218).
45. **Întoarcerea asupra propriei persoane (întoarcere împotriva/către propria persoană)** (Bergeret, 1986/1972; D.S.M.-IV TR, 2000; Freud, A., 2002; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Blackman, 2009). Modalitate de gestionare a conflictelor psihice prin „refuzarea de către subiect a propriei agresivități, pe care o deturneză dinspre celălalt pentru a o abate asupra propriei persoane” (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002, p. 231).

46. **Lamentarea** (Blackman, 2009). Modalitate de apărare împotriva pericolelor percepute de eul subiectului, constând într-o exprimare permanentă a nemulțumirilor legate de neacceptarea și nerecunoașterea dorinței infantile de a fi îngrijit.
47. **Negarea** (Freud, A., 2002; Mitrofan, Buzducea, 1999; Moore, Rubinfine, 1969 apud Blackman, 2009). Mecanism defensiv utilizat de subiectul uman prin care perceperea realității este intactă (spre deosebire de halucinație, în care este blocată această funcție a eului), având diferite forme (negare per se, negarea prin act, negarea prin fantasmă, negarea prin cuvânt).
48. **Negarea per se** (Mitrofan, Buzducea, 1999). Modalitate defensivă utilizată de subiectul uman constând în dezavuarea unui fapt real, în ciuda dovezilor clare ale existenței acestuia, de exemplu, negarea morții.
49. **Negarea prin act** (Moore, Rubinfine, 1969 apud Blackman, 2009). Mecanism defensiv utilizat de subiectul uman având forma unui comportament cu semnificație simbolică, de exemplu, această realitate neplăcută nu există.
50. **Negarea prin fantasmă** (Freud, A., 2002; Moore, Rubinfine, 1969 apud Blackman, 2009). Mecanism defensiv utilizat de subiectul uman constând în menținerea unor convingeri eronate, astfel încât subiectul uman nu acceptă realitatea.
51. **Negarea prin cuvânt** (Freud, A., 2002). Modalitate defensivă utilizată de subiectul uman constând în utilizarea unor cuvinte speciale prin care subiectul menține convingerea eronată despre o realitate.
52. **Normalizarea** (Alpert, Bernstein, 1964 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă constând în gestionarea neplăcerilor percepute de eul subiectului prin autoasigurarea excesivă a subiectului că este normal, în pofida psihopatologiei evidente.
53. **Omnipotența** (Blackman, 1987, Kernberg, 1975, Kohut, 1971, Lachman, Stolorow, 1976 apud Blackman, 2009; D.S.M.-IV, 1994; Freud, S., 2000a). Modalitate defensivă de nivel adaptativ scăzut, imatură, de gestionare a pericolelor percepute de eul subiectului prin adoptarea de către subiect a unei atitudini de superioritate și putere absolută având la bază credința că este special.
54. **Plângerea cuprinzând solicitarea ajutorului și respingerea ajutorului** (D.S.M.-IV, 1994). Modalitate defensivă constând în plângeri sau solicitări repetate ale ajutorului, concomitent cu respingerea ofertelor de ajutor, privind simptomele fizice sau psihologice ori a unor probleme de viață, prin care subiectul disimulează sentimentele de ostilitate și reproșurile adresate celorlalți.
55. **Proiecția** (Bergeret, 1986/1972; Bloch *et al.*, 2006; D.S.M.-IV TR, 2000; Freud, A., 2002; Freud, S., 2007; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Sillamy, 2000; Blackman, 2009). Modalitate de gestionare a conflictelor psihice prin care subiectul uman expulzează și atribuie altor persoane sau obiecte din mediu, gânduri, afecte, dorințe pe care nu le conștientizează și pe care le refuză în el.

56. **Proiecția delirantă** (D.S.M.-IV 1994; Blackman, 2009). Modalitate defensivă a subiectului uman constând într-o formă de proiecție (având ca specific exteriorizarea conflictelor interne și atribuirea de valențe reale acestor conflicte) prin care subiectul anulează proba realității.
57. **Pseudoindependența** (Kaplan, 1990 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă împotriva pericolelor percepute de eul subiectului, de tipul rușinii, apărută în urma conștientizării dorințelor orale, constând în asumarea unei independențe de manieră rebelă.
58. **Raționalizarea** (D.S.M.-IV TR, 2000; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Symonds, 1946 apud Blackman, 2009). Modalitate de gestionare a conflictelor psihice prin care subiectul uman „încearcă să dea o explicație coerentă din punct de vedere logic sau acceptabilă din punct de vedere moral a unei atitudini, acțiuni, idei, sentimente și a căror motive reale nu sunt accesibile subiectului” (Laplanche și Pontalis, 1994, p. 244).
59. **Refugiul în fantezie** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002). Mecanism defensiv utilizat de subiectul uman constând într-un scenariu, conștient sau inconștient, prin care subiectul pune în scenă o dorință conflictuală generatoare de tensiune psihică.
60. **Refugiul în reverie** (D.S.M.-IV TR, 2000; Blackman, 2009). Modalitate de gestionare a conflictelor psihice constând în preferința excesivă pentru reverii diurne care se substituie căutării și dezvoltării de relații impersonale, rezolvării situațiilor problemă sau acțiunii în general.
61. **Refugiul prin exagerare** (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002). Modalitate defensivă a subiectului uman constând în exagerarea situațiilor sau contextelor percepute ca periculoase, astfel încât se obține o diminuare a angoasei.
62. **Refularea** (Arlow, Brenner, 1964 apud Blackman, 2009; Bergeret, 1972/1986; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Bloch *et al.*, 2006; Chemama, 1997; D.S.M.-IV TR, 2000; Freud, A., 2002; Freud, S., 2000b; Laplanche și Pontalis, 1994). Mecanism de apărare prin care subiectul uman respinge și menține în inconștient o serie de reprezentări (gânduri, imagini, amintiri) conflictuale (în strânsă legătură cu satisfacerea unei pulsuni) în raport cu exigențele realității și/sau ale moralității.
63. **Refuz al realității** (Bergeret, 1972/1986; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV TR, 2000; Laplanche și Pontalis, 1994). Modalitate defensivă a subiectului uman constând în refuzul unei percepții/realități considerată ca fiind periculoasă și traumatizantă pentru eul subiectului.
64. **Refuzul în cuvinte și acte** (Freud, A., 2002). Mecanism defensiv utilizat de subiectul uman constând în transferul sau externalizarea conflictului psihic în plan extern la nivel comportamental, verbal, concomitent având loc o diminuare a tensiunii psihice.
65. **Refuzul psihotic** (D.S.M.-IV, 1994). Modalitate defensivă a subiectului uman constând într-o alterare majoră asupra percepției realității.

66. **Refuzul realității psihice** (Laplanche și Pontalis, 1994). Modalitate defensivă a subiectului uman constând în refuzarea realității unei percepții considerate ca fiind traumatizante.
67. **Regresia eului** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă prin care subiectul încearcă gestionarea situațiilor percepute ca periculoase pentru eu, teoretizată în următoarele accepțiuni: (a) perturbarea unei funcții – funcția sau forța eului nu mai operează, astfel încât se anulează percepția aspectelor neplăcute, periculoase; (b) întoarcerea la moduri de apărare mai primitive – activarea unor mecanisme de apărare specifice unui stadiu anterior al dezvoltării individuale; (c) operații defensive ineficiente – scăderea eficienței sau blocarea funcționării apărărilor, determinând sentimentul de vinovăție, de care subiectul se eliberează prin autopedepsire.
68. **Regresia formală** (Blum, 1994b apud Blackman, 2009; Freud, S., 2003). Modalitate defensivă prin care subiectul gestionează conflictele psihogene cauzate de durere, anxietate, vinovăție prin trecerea de la gândirea logică orientată temporal (proces secundar) la gândirea simbolică în formă condensată (proces primar).
69. **Regresia libidinală sau psihosexuală** (Freud, A., 2002; Freud, S., 2001, 2001a; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 1994). Modalitate de apărare a subiectului, activată de pericole interne sau externe, constând într-o revenire (variabilă din punct de vedere a organizării și perioadei de timp) la stadii anterioare ale dezvoltării psihosexuale parcurse de subiect în cursul dezvoltării individuale.
70. **Regresia temporală** (Blackman, 2009). Modalitate defensivă de gestionare a conflictelor psihice prin care subiectul evită conflictele prezente prin moduri de funcționare specifice unor stadii anterioare, depășite, ale dezvoltării individuale.
71. **Regresia topică** (Arlow, Brenner, 1964 apud Blackman, 2009; Freud, S., 2003; Laplanche și Pontalis, 1994). Modalitate defensivă prin care subiectul gestionează conflictele psihogene prin parcurgerea sistemelor psihice în sensul invers de circulație a excitației.
72. **Reprimarea** (D.S.M.-III, 1987; Vaillant, 1992, Werman, 1985 apud Blackman, 2009). Modalitate defensivă matură, adaptativă, prin care subiectul gestionează conflictele psihogene încercând, în mod voluntar, să uite fie conținutul ideatic asociat unui afect, fie conținutul ideatic și senzațiile aferente acestuia.
73. **Retragerea apatică** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV R, 2000). Modalitate defensivă a subiectului constând dintr-o „detașare cu rol de protecție, compusă din indiferență afectivă, restricție în relațiile sociale și activitățile exterioare, din supunere pasivă în fața evenimentelor, toate aceste atitudini și comportamente permițând gestionarea unor situații considerate, în mod real sau imaginar, ca fiind periculoase” (Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002, p. 282).

74. **Reveria autistă** (D.S.M.-III, 1987). Modalitate defensivă a subiectului uman constând într-un scenariu imaginat în cadrul stării de veghe și printr-o rupere a legăturilor cu realitatea.
75. **Sublimarea** (Bergeret, 1972/1986; Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M.-IV TR, 2000; Freud, A., 2002; Laplanche și Pontalis, 1994; Blackman, 2009). Mecanism defensiv al subiectului constând într-o desexualizare și derivare a pulsiei (energii pulsionale) sexuale sau agresive de la obiectul și scopul său primitiv (sexual sau agresiv) spre activități valorizate social (intelectuale, artistice, acțiuni filantropice); sau doar desexualizarea pulsiei sexuale prin schimbarea scopului, dar păstrarea obiectului (transformarea dorinței sexuale în tandrețe și/sau prietenie).
76. **Suprimarea** (D.S.M.-IV R, 2000). Modalitate defensivă prin care subiectul uman rezolvă conflictul emoțional ori stresorii prin a evita în mod intenționat să se gândească la problemele, dorințele, sentimentele sau experiențele perturbante.
77. **Transformarea autocriticii în criticarea obiectului** (Blackman, 2009). Modalitate de gestionare a unor potențiale pericole percepute de eul subiectului, cauzate de sentimentul de vinovăție, constând în proiecția autocriticii asupra celorlalți.
78. **Umorul** (Bibring *et al.*, 1961 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; D.S.M. IV, 1994; Blackman, 2009). Modalitate defensivă (doar pentru situația aplicării asupra propriei persoane, situație în care reprezintă o defensă de nivel ridicat, matură) constând în prezentarea situațiilor traumatizante pentru subiect într-o manieră ironică. În situația utilizării umorului asupra celorlalți, avem tot o modalitate defensivă a subiectului, dar de nivel inferior, imatură.

3. CONCLUZII

Prin mecanismele de apărare psihică prezentate în această a doua parte a inventarului (în prima parte a inventarului [Crașovan, 2019] au fost prezentate 110 mecanisme de apărare psihică), numărul acestora ajunge la 188 de mecanisme defensive.

Astfel, prin finalizarea acestei retrospective privind diversificarea și evoluția numărului mecanismelor de apărare ale eului au fost inventariate un număr de mecanisme de apărare psihică superior altor inventare sau liste ori clasificări anterior realizate de alți autori (Bergeret, 1972/1986; Bibring, Dwyer, Huntington, Valenstein, 1961; Blackman, 2009; Crașovan, 2007, 2011, 2019; DSM III, 1987; DSM IV, 1994; DSM IV R, 2000/2003; Freud, S., 2007; Freud, A., 2002; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche, Pontalis, 2004; Plutchik, 1995, Plutchik, Conte, 1989 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Vaillant, 1993). Totodată, prin această inventariere a numărului mecanismelor de apărare psihică a fost evidențiată, și explicată într-o oarecare măsură, dificultatea stabilirii numărului de mecanisme de apărare psihică care urmau să fie introduse în DSM V (Vaillant, 2012).

Desigur, numărul mecanismelor de apărare psihică se poate reduce dacă sunt luate în considerare criterii cum sunt, de exemplu, gruparea mecanismelor de apărare psihică având un mod de funcționare similar. Astfel, clivajul ca mecanism de apărare psihică (Bloch *et al.*, 2006; Kernberg, 1975, McDevitt, 1985 apud Blackman, 2009; Roudinesco, Plon, 2002), având ca principiu comun de funcționare scindarea de către subiectul uman a ceva (obiect, persoane, părți ale unor persoane, realitatea, propriul eu în două părți distincte, o parte bună, iubită și o altă parte rea, urâtă), este prezentat sub diferite forme (Bergeret, 1982/1972; Diatkine, 2002; D.S.M. IV-TR, 2000; Laplanche și Pontalis, 1994; Perron, Perron-Borelli, 2005; Roudinesco, Plon, 2002) cum sunt: clivajul eului, clivajul obiectului, clivajul realității.

Prin finalizarea inventarului mecanismelor de apărare psihică ale eului, studiul are atât utilitatea didactică, prin prezentarea unei imagini globale privind originea, evoluția și numărului mecanismelor de apărare psihică, cât și utilitate practică oferind practicienilor o prezentare concisă și specifică asupra modului de funcționare a fiecărui mecanism de apărare psihică inventariat (vezi și: Crașovan, 2019).

Primit în redacție la: 21.12.2019

BIBLIOGRAFIE

1. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, *Manual de Diagnostic și Statistică a Tulburărilor Mentale*, ediția a IV-a revizuită (DSM-IV-TR), București: Editura Asociației Psihiatrilor Liberi din România, 2003.
2. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, ed. 4 (DSM-IV-TR), Washington, 2000.
3. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-IV), Washington, 1994.
4. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-III), Washington, 1987.
5. BERGERET, J., *Psychologie pathologique*, Paris: Masson, 1972/1986.
6. BHUVANESWAR, C. G., GUTHEIL, T. G., *E-mail și psihiatrie: câteva perspective psihoterapeutice și psihiatritice*, American Journal of Psychotherapy, **62**, 3, 2008, p. 45–75 (traducere: Editura Trei).
7. BLACKMAN, J. S., *101 apărări. Cum se autoprotejează mintea*, București, Editura Trei, 2009.
8. BLOCH, H. *et al.*, (coord.), *Marele dicționar al psihologiei*, București, Editura Trei, 2006.
9. BOND, M., *Empirical studies of defense style: Relationships with Ppsychopathology and change*, Harvard Review of Psychiatry, **12**, 5, 2004, p. 263–278.
10. BOND, M., PERRY, J. C., *Long-term changes in defense styles with psychodynamic psychotherapy for depressive, anxiety, and personality disorders*, American Journal of Psychiatry, **161**, 9, 2004, p. 1665–1671.
11. BRUNNER, R., *Psihanaliză și societate postmodernă*, Timișoara, Editura Amacord, 2000.
12. CHEMAMA, R. (coord.), *Dicționar de psihanaliză*, București, Editura Univers Enciclopedic, 1997.
13. CRAMER, P., *Defense Mechanisms: 40 Years of Empirical Research*, Journal of Personality Assessment, **97**, 2, 2015, p. 114–122, DOI: 10.1080/00223891.2014.947997.
14. CRAMER, P., *Defense Mechanisms In Psychology Today: Further Processes for Adaptation*, American Psychologist, **55**, 6, 2000, p. 637–646.

15. CRAMER, P., BLATT, S., *Defense mechanisms following intensive treatment*. In U. Hentschel & W. Ehlers (Eds.), *The concept of defense mechanisms in contemporary psychology: Theoretical, research, and clinical perspectives*, New York: Springer, 1992, p. 310–320.
16. CRAȘOVAN, D. I., *De la Sigmund Freud la DSM IV – inventarul mecanismelor de apărare psihică (partea întâi)*, Revista de psihologie, **65**, 4, 2019, p. 293–307.
17. CRAȘOVAN, D. I., MARICUȚOIU, L. P., *Adaptation of the Defensive Style Questionnaire 60 (DSQ-60) within a Romanian sample*, Cognition, Brain, Behavior, An Interdisciplinary Journal, **XVI**, 4, 2012, p. 509–528.
18. CRAȘOVAN, D. I., *Rolul mecanismelor de apărare psihică și mecanismelor de coping în tulburarea depresivă majoră*, Teză de Doctorat nepublicată, Universitatea din București, 2011.
19. CRAȘOVAN, D., *Studiu privind particularitățile psiho-diferențiale ale defenței egoului în nevroza depresivă*, Lucrare de Dizertație nepublicată, Universitatea de Vest din Timișoara, 2007.
20. DIATKINE, G., *Jacques Lacan*, București, Editura Fundației Generația, 2002.
21. FREUD, A., *Eul și mecanismele de apărare*, București, Editura Fundației Generația, 2002.
22. FREUD, S., *Psihonevrozele de apărare*, în *Opere XII: Proiect de psihologie*, București, Editura Trei, 2007.
23. FREUD, S., *Opere IX: Interpretarea viselor*, București, Editura Trei, 2003.
24. FREUD, S., *Trei eseuri asupra teoriei sexualității*, în *Opere VI: Studii despre sexualitate*, București, Editura Trei, 2001a.
25. FREUD, S., *Inhibiție, simptom, angoasă*, în *Opere V: Inhibiție, simptom, angoasă*, București, Editura Trei, 2001.
26. FREUD, S., *Psihologia maselor și analiza Eului*, în *Opere IV: Studii despre societate și religie*, București, Editura Trei, 2000c.
27. FREUD, S., *Eul și Se-ul* în *Opere III: Psihologia inconștientului*, București, Editura Trei, 2000b.
28. FREUD, S., *Animism, magie și atotputernicia gândirii*, în *Opere IV: Studii despre societate și religie* (Totem și tabu), București: Editura Trei, 2000a.
29. FREUD, S., *Doliu și melancolie*, în *Opere III: Psihologia Inconștientului*, București, Editura Trei, 2000.
30. IONESCU, Ș., JACQUET, C.-L., LHOTE C., *Mecanismele de apărare. Teorie și aspecte clinice*, Iași, Editura Polirom, 2002.
31. IRIMIA, C. *Idealizare și Dragoste. Eseuri de psihanaliză*, București, Editura Fundației Generația, 2003.
32. LAPLANCHE, J., PONTALIS, J.-B., *Vocabularul psihanalizei*, București, Editura Humanitas, 1994.
33. MITROFAN, I., BUZDUCEA, D., *Psihologia pierderii și terapia durerii*, București, Editura Albedo, 1999.
34. PERRON-BORELLI, M., *Fantasmele*, București, Editura Fundației Generația, 2005.
35. ROUDINESCO, È., PLON, M., *Dicționar de psihanaliză*, București, Editura Trei, 2002.
36. SILLAMY, N. *Dicționar de psihologie*, București, Editura Univers Enciclopedic, 2000.
37. TAN, L., *Psihoterapie 2.0: Blogging-ul pe MySpace® ca autoterapie*. American Journal of Psychotherapy, **62**, 2, 2008, p. 28–66 (traducere: Editura Trei).
38. THYGESEN, K. L., DRAPEAU, M., TRIJSBURG, R. W., LECOURS, S., DE ROTEN, Y., *Assessing defense styles: Factor structure and psychometric properties of the new Defense Style Questionnaire 60 (DSQ-60)*, The International Journal of Psychology and Psychological Therapy, **8**, 2008, p. 171–181.
39. TWEMLOW, S. W., SACCO, F. C., FONAGY, P., *Mișcarea – conținător al agresivității distructive*, American Journal of Psychotherapy, **62**, 1, 2008, p. 9–57 (traducere: Editura Trei).
40. VAILLANT, G. E., *Lifting the Field's "Repression" of Defenses*, American Journal of Psychiatry, **169**, 2012, p. 885–887, doi: 10.1176/appi.ajp.2012.12050703.
41. VAILLANT, G. E., *The wisdom of the ego*, Cambridge: Harvard University Press, 1993b.
42. VAILLANT, G. E., *Wisdom of the ego: Sources of resilience in adult life*, Cambridge: Harvard University Press, 1993a.

43. VAILLANT, G. E., „*Natural history of male psychological health: The relation of choice of ego mechanism of defense to adult adjustment*”, Archives of General Psychiatry, 33, 1976, p. 535–545.
44. WASKA, R., *Utilizarea contratransferului: contactul analitic, identificarea proiectivă și stări determinate de transfer*, American Journal of Psychotherapy, 62 4, 2008, p. 9–33 (traducere: Editura Trei).

REZUMAT

Prin această a doua parte a studiului privind retrospectiva asupra numărului mecanismelor de apărare psihică ale eului, reprezentând o completare a primei părți (Crașovan, 2019), inventarul include 187 de mecanisme de apărare psihică. Inventarierea acestor modalități adaptative ale eului începe cu apariția și teoretizarea conceptului de mecanism de apărare psihică a eului de către Sigmund Freud (2007) și Ana Freud (2002) și până la includerea și validarea apărării psihice în DSM (1994, 2000/2003). Prin numărul mecanismelor de apărare psihică inventariate în acest studiu este propusă o prezentare a celei mai complexe liste a acestor modalități adaptative ale eului, numărul mecanismelor de apărare psihică inventariate fiind mai mare decât orice altă inventariere realizată până la acest moment de către diferiți autori (Bergeret, 1972/1986;; Blackman, 2009; Crașovan, 2011, 2019; DSM IV, 1994, DSM IV R, 2000/2003; Freud, S., 2007; Freud, A., 2002; Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Laplanche și Pontalis, 2004; Plutchik, 1995, Plutchik, Conte, 1989 apud Ionescu, Jacquet, Lhote, 2002; Vaillant, 1993). De asemenea, cele două părți ale studiului, prin inventarierea numărului mecanismelor de apărare psihică, arată dificultatea realizării consensului cauzată de numărul mecanismelor de apărare psihică care urmau să fie introduse în DSM V (Vaillant, 2012).