

UVOD

Ovu temu smo malo dotakli na satu psihologije u srednjoj školi. Tada mi je to bila dosta zanimljiva tema. S obzirom da smo tu temu samo proletili ovo mi je bila dobra prilika da saznam nešto više o njoj.

Jedna od stvari koja nas veže, a da toga nismo ni svjesni su tzv obrambeni mehanizmi. Kada razmišljamo o njima poznat nam je pojam obrambeni mehanizam, ali kada se zamislimo možemo se zapitati, čemu nam oni služe, od čega nas brane, i koga uopće brane. No kada, i ako uopće, uspijemo odgovoriti na ta pitanja, počinje nas zanimati, kada se oni javljaju, ili ako ih mi kontroliramo, kada ih koristimo.

No prvo objasnimo neke pojmove koji su nam važni da bi shvatili zašto djeluju obrambeni mehanizmi: frustracija – stanje čuvstvene napetosti, neugode, nemira i nezadovoljstva izazvano zaprekama ili poteškoćama u ostvarenju nekog cilja ili zadovoljenju neke potrebe. Zapreke na koje nailazimo u našim nastojanjima da ostvarimo naše želje i težnje su brojne i različite, a dijelimo ih na vanjske koje proizlaze iz prirodne ili društvene okoline (prirodne pojave kao potres, poplava, nestanak el. energije radi čega ostajemo zatočeni u dizalu i propuštamo neki važan sastanak itd.), te na unutarnje uvjetovane individualnim osobinama, nedostacima ili sukobom motiva. Stanje frustracije najčešće je izazvano raskorakom između razine težnja ili aspiracija i mogućnosti pojedinca. Ako je razina aspiracije prilagođena individualnim mogućnostima, pojedinac će najčešće birati ciljeve koje će moći ostvariti.

stres – engleska riječ koja označava muku, prisilu, ili pritisak, koji djeluje na neki materijal ili osobu. U psihologiji pod nazivom stres razumijevamo stanje koje nastaje kada su ljudi suočeni s događajima koje smatraju prijetećima za svoju dobrobit ili koji od njih traže ulaganje posebnih napora kako bi udovoljili zahtjevima koji se na njih postavljaju. Situacija procijenjena kao «stresna» može za pojedinca značiti neposrednu opasnost, povredu, gubitak, prijetnju ili izazov.

sukob (motiva) – motivi se često javljaju zajedno, katkada međusobno suprotni, pa zadovoljavanje jednog od njih isključuje mogućnost zadovoljavanja drugoga. Zbog toga se često javlja sukob, konflikt motiva kojeg možemo svrstati u četiri grupe: konflikt istovremenog privlačenja, konflikt istovremenog privlačenja i odbijanja, konflikt istovremenog odbijanja, dvostruki konflikt istovremenog privlačenja i odbijanja.

U frustrirajućim, stresnim i situacijama sukoba ljudi često koriste i neke oblike ponašanja koje zovemo obrambenim mehanizmima. Na osnovi kliničkog iskustva opisana su 24 mehanizma obrane od prvorazredne važnosti i 15 manje važnih mehanizama.

MEHANIZMI OBRANE

Bitna funkcija psihičkog aparata sastoji se u ponovnom uspostavljanju ravnoteže poslije poremećaja koji je nastao pod utjecajem vanjskih impulsa i stresora. To se postiže, najprije, rasterećenjem napetosti koja je stvorena, a kasnije njenim “potiskivanjem”. Kad god ne uspije održavanje ravnoteže, stvara se stanje opasnosti. Previše visoka napetost predstavlja najjednostavniji oblik stanja opasnosti.

----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU. -----

www.maturskiradovi.net

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com