

ΕΝΩΣΗΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΩΝ
& ΨΥΧΟΛΩΓΩΝ

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ
&
ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ
ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΙΣ

ΤΟΜΟΣ Β΄
1965 - 1966

ΕΚΔΟΤΗΣ
ΙΩ. ΚΑΜΠΑΝΑΣ

Ε.Υ.Δ. Π.Ε.Κ. Τ.Π.
ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2007

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
ΤΟΜΕΑΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΡΕΥΝΩΝ ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Θ. ΠΙΤΣΙΟΣ

Ε.Υ.Δ της Κ.τ.Π
ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2007

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΙΣ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
ΤΟΜΕΑΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΡΕΥΝΩΝ ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΘΕΡΑΠΤΣΙΟΣ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ Β' ΤΟΜΟΥ

Ἰανουάριος 1965-Δεκέμβριος 1966

Τεύχη 11 - 20

*Ἐπιστημονικὸν ὄργανον τοῦ Συλλόγου Παιδαγωγῶν - Ψυχολόγων
Πτυχιούχων Πανεπιστημίων Ἐξωτερικοῦ*



ΕΚΔΟΤΗΣ ΙΩ. ΚΑΜΠΑΝΑΣ ΑΘΗΝΑΙ

Ε.Υ.Δ της Κ.τ.Π
ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2007

I. ΔΡΟΡΑ (Ληομονημένες σελίδες)

Μανόλη Τριανταφυλλίδη: Ἡ θέση τοῦ ἔθνους μας στὴν ὀρθογραφία τῆς γλώσσας του. Οἱ ἀγιάτρευτες δυσκολίες τοῦ σημερινοῦ τονισμοῦ	Σελ. 249
»	
»	
(ἐπιμέλεια Θ. Γέρου) Πρὶν καὶ ἡ διγλωσσία γεννᾷ πολλαπλές καὶ βαθιές βλάβες στὸ ἔθνος μας.	» 293
»	
(ἐπιμέλεια Θ. Γέρου) Ἰπόμνημα Ἐκπαιδευτικοῦ Ὀμίλου. Μάιος 1912	» 325
»	
(ἐπιμέλεια Θ. Γέρου) Μανόλη Τριανταφυλλίδη: Ἀπόσπασμα ἀπὸ τὸ βιβλίο: Ἡ γλώσσα μας στὰ σχολεῖα τῆς Μακεδονίας. Τεύχος 14	» 1
»	
(ἐπιμέλεια Θ. Γέρου)	

II. ΜΕΛΕΤΕΣ

ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ · ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ · ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ

Ἐλευθερίου Ἀθανασίου: Τὰ κυριώτερα χαρακτηριστικὰ τοῦ παιδικοῦ συναισθήματος.	» 592
Δεωνίδα Βελιαρούτη: Ἡ μελέτη τοῦ περιβάλλοντος.	» 523,590
Ἀριστείδου Βουγιούκα: Τὰ Δημοτικά μας τραγούδια	» 507
Θεοφράστου Γέρου: Θεωρία τῆς Γλώσσας	» 483
Σπύρου Κεχρή: Τὸ φιλοσοφικὸ ζήτημα ἀντίρροπο τῆς πνευματικῆς κρίσης τῆς ἐποχῆς μας	» 497
Ἀντωνίου Κρέτση: Ἐποπτεία καὶ ἔγνοια	» 26
Γ. Κυριαζοπούλου: Δύναται νὰ αὐξηθῆ ἡ εὐφυΐα	» 611
Κων. Λυκομήτρου: Ἡ ἐκπαίδευση καὶ ἡ ἐποχὴ μας	» 346
Leon Jeunehomme : Ἡ πρόδος τῆς Ψυχολογίας καὶ τὸ ἔργον τοῦ J. Piaget (Μεταφρ. Α. Κρέτση)	» 304,366
John Macmurray: Ἀνθρωπιστικὴ Ἀγωγή (Μετ. Ε. Κασιόλα)	» 267
Γ. Μαραγκοδάκη: Ἡ θεωρία τοῦ Skinner γιὰ τὴ μάθηση	» 514
Δημ. Παλυβοῦ: Οἱ ἀριστερόχειρες	» 25
Γ. Παπακωστούλα: Τὰ συνειδησιακὰ βιώματα τῶν Ἀρχαίων Ἑλλήνων	» 296,328
Ἀθανασίου Πόπορη: Τὸ περιβάλλον μέσα στὸ ὁποῖον ἀναπτύσσεται τὸ σύγχρονο παιδί	» 451,503
Γρ. Τριανταφύλλου: Μηχανισμοὶ ἄμυνας ἢ προσαρμογῆς	» 277
Γεωργίου Τσαμπῆ: Τὰ Παιδαγωγικὰ Κολλέγια τῆς Σκωτίας. Προτάσεις γιὰ τὴν καλύτερη ὀργάνωση τῶν Παιδαγωγικῶν μας Ἀκαδημιῶν	» 547,625
Ι. Χαλαμποπούλου: Παιδεία καὶ Τεχνικὸς Πολιτισμὸς	» 1



ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ ΑΜΥΝΑΣ Ή ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗΣ

ΤΡ. Τ. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ

Εἰσαγωγικά

Παραδεχόμεσθε ότι οἱ βασικοὶ παράγοντες ποὺ καθορίζουν τὴ διαμόρφωση τῆς προσωπικότητας, εἶναι: α) ἡ κληρονομικότητα, β) τὸ περιβάλλον καὶ γ) τὸ Ἐγὼ ἢ ὁ ἀτομικὸς παράγων. Τὸ Ἐγὼ, ἀποτελεῖ τὸ βασικὸ συστατικὸ τῆς προσωπικότητας καὶ τὸ κέντρο γύρω, ἀπὸ τὸ ὁποῖο ὀργανώνονται καὶ ἀνασυντίθενται οἱ ἐμπειρίες τοῦ ἀνθρώπου με σκοπὸ τὴ δημιουργία νέων μορφῶν συμπεριφορᾶς, γιὰ τὴ διευκόλυνση τῆς προσαρμογῆς του πρὸς τὸ περιβάλλον.

Ἀπὸ τὶς ἐμπειρίες τοῦ ἀνθρώπου καὶ ἀπὸ τὴν ἀλληλεπίδρασή του με τὸν ἐξωτερικὸ κόσμο, ἀναπτύσσεται ἓνα πρότυπο, ἓνα μοντέλλο. Τὸ πρότυπο αὐτὸ περιλαμβάνει στάσεις (διαθέσεις) ἐναντι τῆς πραγματικότητος — στάσεις (διαθέσεις) ἠθικῆς (ὑπερεγὼ) καὶ στάσεις φανταστικῆς, ἰδεώδεις (πῶς δηλ. τὸ ἄτομο θὰ ἐπιθυμοῦσε νὰ εἶναι τὰ πράγματα στὸν κόσμο).

Ἀπὸ τὰ πειράματα, ποὺ ἔκανε ὁ Gesell, διαπιστώθηκε ὅτι ἡ ἀνάπτυξη τοῦ ἀνθρώπου τείνει νὰ ἀκολουθῆ μιὰ ὀριστικὴ πορεία, ὄχι μόνο προκειμένου γιὰ τὴ σωματικὴ ἀνάπτυξη ἀλλὰ καὶ γιὰ τὴ νοητικὴ, συναισθηματικὴ καὶ κοινωνικὴ.

Τὸ ἄτομο στὴν προσπάθειά του νὰ φθάσῃ στὴν ὠριμότητα, περνᾷ ἀπὸ ὠρισμένα στάδια ἐξελίξεως, καθένα ἀπ' τὰ ὁποῖα περιλαμβάνει ὠρισμένες δραστηριότητες. Οἱ δραστηριότητες αὐτὲς ἀποβλέπουν στὸ νὰ μεταφέρουν τὸ ἄτομο ἀπὸ τὸ στάδιο τῆς ἐξάρτησης σ' ἐκεῖνο τῆς ἀνεξαρτησίας ἀπὸ τὸ στάδιο ποὺ ἐπικρατεῖ ἡ ἀρχὴ τῆς ἡδονῆς, σ' ἐκεῖνο ποὺ ἐπικρατεῖ ἡ ἀρχὴ τῆς πραγματικότητος, ἀπὸ τὸ στάδιο τοῦ ἐγωκεντρισμοῦ, σ' ἐκεῖνο τῆς κοινωνικοποίησης καὶ ἀπὸ τὸ στάδιο τῆς μὴ παραγωγικότητος, σ' ἐκεῖνο τῆς ἰκανότητος γιὰ παραγωγή.

Σ' ὅλες αὐτὲς τὶς δραστηριότητες τὸ ἄτομο καταβάλλει προσπάθεια νὰ ἰκανοποιήσῃ τὶς ἀνάγκες καὶ τὶς ἐπιθυμίες του ἔτσι ὥστε νὰ μὴ γίνεταί ἀφορμὴ νὰ διασαλευθῆ ἡ ὁμαλὴ συμβίωση τῶν μελῶν τῆς κοινωνικῆς ὁμάδας, στὴν ὁποῖα κι' αὐτὸ ἀνήκει. Στὴν προσπάθειά του αὐτὴ τὸ ἄτομο εἶναι πολλὰ φορὲς ὑποχρεωμένο νὰ χρησιμοποιήσῃ ἰδιόρρυθμους τύπους συμπεριφορᾶς γιὰ τὴν ἰκανοποίηση τῶν ἀναγκῶν του ἀπὸ τὸ ἓνα μέρος καὶ γιὰ τὴν διατήρηση τοῦ γοήτρου του ἀπὸ τὸ ἄλλο. Οἱ τύποι αὐτοὶ συμπεριφορᾶς λέγονται μηχανισμοὶ ἀμυνας ἢ

προσαρμογής, γιατί προστατεύουν τὸ Ἐγὼ τοῦ ἀνθρώπου καὶ διευκολύνουν τὴν προσαρμογὴ του. Θὰ μπορούσαμε νὰ ποῦμε ὅτι οἱ μηχανισμοὶ ἄμυνας εἶναι «τεχνάσματα προστατευτικά» καὶ σοφίσματα» τοῦ ἔγῳ πὺ ἀποσκοποῦν στὴ μείωση τῆς ἐσωτερικῆς ἔντασης.

Ὁ ὅρος ἄμυνα (Defense) χρησιμοποιήθηκε πρῶτα ἀπὸ τὸν Freud (1894) στὸ ἔργο του «Οἱ Ἀμυντικὲς Νευρο-ψυχώσεις» καὶ κατόπιν στὶς μονογραφίες «Ἡ Αἰτιολογία τῆς Ὑστερίας» (1896) καὶ «Περαιτέρω Παρατηρήσεις πάνω στὶς Ἀμυντικὲς Νευροψυχώσεις» (1896). Τὸ 1933 ἡ Anna Freud μὲ τὸ ἔργο της «Τὸ Ἐγὼ καὶ οἱ Μηχανισμοὶ Ἀμυνας», ἐπιχειρεῖ τὴν πρώτη συστηματικὴ μελέτη καὶ τὴν ταξινόμηση τῶν Μηχανισμῶν ἄμυνας.

Κάθε ἄτομο χρησιμοποιεῖ ξεχωριστοὺς μηχανισμοὺς ἄμυνας πὺ χαρακτηρίζουν καὶ τὴν προσωπικότητά του. Μερικὰ ἄτομα χρησιμοποιοῦν ἓνα ἢ δυὸ μηχανισμοὺς, ἄλλα περισσότερους ἢ καὶ ὄλους.

1. Περιγραφή τῶν Σπουδαιότερων Μηχανισμῶν Ἀμυνας

Θὰ περιγράψωμε παρακάτω, περιληπτικά, τοὺς σπουδαιότερους ἀπὸ τοὺς μηχανισμοὺς αὐτοὺς:

α) Ἀντιστάθμιση (Compensation)

Ἀντιστάθμιση εἶναι ἡ χρησιμοποίηση ὑπερβολικῆς ἐνέργειας γιὰ τὴν ἀνάπτυξη μιᾶς ἢ καὶ περισσοτέρων ἰδιοτήτων μὲ σκοπὸ τὴ μείωση τῆς ἔντασης πὺ προκαλεῖται ἀπὸ μιὰ πραγματικὴ ἢ φανταστικὴ ἀδυναμία. Τὸ παχουλό παιδί π.χ. πὺ παρουσιάζει τέτοια δραστηριότητα στὸν τομέα τῶν ἀθλητικῶν ἐκδηλώσεων, ὥστε νὰ ἀποσπάσει τὴν προσοχὴ τῶν ἄλλων ἀπὸ τὴ δυσπλαστία του καὶ νὰ τὴν διοχετεύσει πρὸς τὴν κατεύθυνση τῶν ἐπιτυχιῶν του. Ὁ μηχανισμὸς αὐτὸς παίρνει καὶ μεταφορικὸ χαρακτήρα. Τὸ ἴδιο τὸ παιδί δηλ. πὺ παρουσιάζει δυσπλαστία, ἀντὶ νὰ προσπαθῇ νὰ ἀναδειχθῇ σὲ ἀθλητικὸς τομεῖς, ἐπιδίδεται σὲ πνευματικὰ ἔργα. Ἡ συλλογὴ, ἐπίσης, διαφόρων σπανίων μικρο-ἀντικειμένων, σὰν μιὰ ὑποκατάστατη συμπεριφορὰ γιὰ κοινωνικὴ ἀναγνώριση, εἶναι ἓνας μηχανισμὸς ἀντιστάθμισης τοῦ ὁποῦ ἡ σπουδαιότητα θρίσκειται σὲ ἀναλογία μὲ τὴν ἀξία, πὺ τοποθετεῖ ἡ ὁμάδα πάνω στὴ συλλογὴ ἀντικειμένων.

Οἱ γονεῖς πὺ ἔχουν ἀποτύχει στὴν πραγμάτωση τῶν ὀνείρων τους, ὅταν ἦταν νέοι, ἀναπτύσσουν συχνὰ συμπλέγματα κατωτερότητας καὶ προσπαθοῦν νὰ ἐπιδράσουν πάνω στὰ τέκνα τους, ἔτσι ὥστε νὰ τὰ ὑποχρεώσουν νὰ δεχθοῦν τὴν ἀνάληψη προσπάθειας γιὰ τὴν πραγμάτωση δικῶν τους φιλοδοξιῶν. Ὑπάρχουν πολλὰ παραδείγματα γονέων πὺ ἀπαιτοῦν ἀπ' τὰ παιδιά τους νὰ ἀκολουθήσουν ἐπαγγέλματα πὺ αὐτοὶ οἱ ἴδιοι ἠθελαν νὰ ἀκολουθήσουν ὅταν ἦταν νέοι, πράγμα πὺ κάνει τὰ παιδιά νὰ ἐπαναστάτοῦν γιὰτὶ πιθανὸν ἡ ἀπαίτηση αὐτὴ νὰ μὴ συμβιβάζεται μὲ τὶς δικές τους φιλοδοξίες καὶ διαφέροντα.

β) Ταύτιση ἢ Ταυτοποίηση (Identification)

Μηχανισμὸς πὺ ἀναφέρεται στὴν προσπάθεια τοῦ ἀτόμου νὰ ταυτίσει τὸν ἑαυτὸ του μὲ κάποιον πὺ ἔχει πραγματοποιήσει μιὰ ἀξιόλογη πράξη ἢ μὲ μιὰ εὐχάριστη κατάσταση. Μὲ τὸν μηχανισμὸ αὐτὸ ἐπίσης

ἐπιδιώκεται ἡ ἀποφυγὴ τοῦ ἀγχους καὶ τοῦ φόβου ποὺ προκαλεῖ ἡ ἐσωτερικὴ ἀνασφάλεια τοῦ ἀτόμου. Στὴν πρώτη περίπτωση θὰ μπορούσαμε νὰ ἀναφέρωμε τὴ συμπεριφορὰ τοῦ παιδιοῦ ποὺ ταυτίζει τὸν ἑαυτό του μὲ τὸν πατέρα του, πράγμα ποὺ γιὰ πολλοὺς ἀποτελεῖ τὴ βάση γιὰ τὴν ἀνάπτυξη τῆς προσωπικότητος τοῦ ἀνθρώπου. Στὴ δεύτερη περίπτωση ἀναφέρομε τὸ παιδί ποὺ φοβᾶται νὰ περάσῃ τὸ διάδρομο τοῦ σπιτιοῦ «γιατὶ ὑπάρχει φάντασμα» καὶ ποὺ μιμεῖται μὲ κινήσεις καὶ χειρονομίες τὸ φάντασμα, ὑποδύεται τὸ ρόλο του, ταυτίζεται δηλ. μ' αὐτὸ κι' ἔτσι διώχνει τὸ φόβο του.

Ὁ μηχανισμὸς αὐτὸς συναντᾶται σ' ὄλους σχεδὸν τοὺς ἀνθρώπους καὶ ἀποβαίνει ἀνεπιθύμητος, ὅταν τὸ ἄτομο χάνει τὴν ἀτομικότητά του.

γ) Ἐκλογίκευση (Rationalization)

Περιλαμβάνει τὴν πορεία ἐκείνη κατὰ τὴν ὁποία τὸ ἄτομο προσπαθεῖ νὰ ἀποκρύψῃ τὴν πραγματικὴ βάση τῆς σκέψης του. Δικαιολογεῖ δηλ. τὶς πράξεις του μὲ δικαιολογίες ποὺ εἶναι τελείως διαφορετικὲς ἀπὸ κείνες ποὺ στὴν πραγματικότητα ἀποτελοῦν τὸ κίνητρο τῶν πράξεών του. Ἔτσι δικαιολογεῖ τὸ ἄτομο μιά του ἀποτυχία μὲ τὸ νὰ ἐπιρρίπτῃ τὴν εὐθύνη σὲ παράγοντες ποὺ θρῖσκονται ἔξω ἀπὸ τὸν ἑαυτό του. Ὅταν π.χ. προσπαθῇ νὰ κατασκευάσῃ κάτι καὶ ἀποτυγχάνῃ, δὲν φταίει γι' αὐτὸ ὁ ἴδιος, ἀλλὰ τὰ ἐργαλεῖα ποὺ χρησιμοποίησε.

«Ὅσα δὲν ἔφτανε ἡ ἀλεπού κ'ραμαστάρια τ' ἄφηνε» καὶ «ὅποιος χάνει στὰ χαρτιά, κερδίζει στὴν ἀγάπη» εἶναι λαϊκὲς παροιμίες ποὺ ἀναφέρονται στὸ μηχανισμὸ τῆς ἐκλογίκευσης. Μὲ τὸν μηχανισμὸ αὐτὸ ἄμυνας τὸ ἄτομο δικαιολογεῖ ὅ,τι κάνει καὶ ὅ,τι πιστεύει καὶ μειώνει τὴν ἀπογοήτευση, ποὺ προέρχεται ἀπὸ ἀπραγματοποιήτους σκοποὺς.

δ) Προβολή (Projection)

Τὸ ἄτομο, ποὺ χρησιμοποιεῖ τὸν μηχανισμὸ αὐτό, προβάλλει κάθε ἐπώδυνη γιὰ τὸ ἐγὼ του ἰδέα, ἐπιθυμία, ἐνδόμυχη τάση ἢ συναισθηματικὴ κατάσταση πᾶνω σὲ πρόσωπα, καταστάσεις ἢ ἀντικείμενα τοῦ περιβάλλοντος. Ὁ μηχανισμὸς αὐτὸς θρῖσκεται σὲ στενὴ σχέση μὲ τὸν προηγούμενο (ἐκλογίκευση), στὸν ὁποῖο τὸ ἄτομο προσπαθεῖ νὰ ἐπιρρίψῃ τὶς εὐθύνες τῶν πράξεών του σὲ παράγοντες, ποὺ θρῖσκονται ἔξω ἀπ' τὸν ἑαυτό του.

Ἡ προβολὴ ὡς μηχανισμὸς ἄμυνας χρησιμοποιεῖται ἀπὸ ἀνθρώπους κάθε ἡλικίας· δὲν μπορεῖ δὲ νὰ θεωρηθῇ ὡς κατάσταση παθολογικὴ, ὅταν δὲν προχωρῇ σὲ ὑπερβολὲς ὅποτε τὸ ἄτομο χάνει τὴν ἀτομικότητά του ἢ κινδυνεύει ἡ ψυχικὴ του ὑγεία.

Ἐνα ἀπλὸ παράδειγμα εἶναι τοῦ μαθητῆ ποὺ ἀποτυγχάνει στὶς ἐξετάσεις καὶ ποὺ κατηγορεῖ τὸν τρόπο τῆς ἐξέτασης ἢ ποὺ ἀποδίδει τὴν ἀποτυχία του σὲ παράγοντες ἔξω ἀπ' τὸν ἑαυτό του.

ε) Ἐξιδανίκευση (Μετουσίωση - Sublimation)

Χαρακτηρίζεται ὡς ὁ μόνος φυσιολογικὸς μηχανισμὸς ἄμυνας. Ἀποβλέπει στὴν ἱκανοποίηση τῶν ἐνστικτικῶν ἐνορμήσεων μὲ ἔργα ἢ δραστηριότητες, ποὺ εἶναι κοινωνικὰ ἀποδεκτὲς. Ἡ ψυχικὴ ἐνέργεια μπορεῖ νὰ μετασχηματισθῇ καὶ νὰ ἐξαγνισθῇ. Ἡ ἐπίδοση π.χ. σὲ ἀθλητικὰ

παιγνίδια και γυμνάσματα αποτελεί τον καλύτερο τρόπο μετουσίωσης των επιθετικών τάξεων του ανθρώπου, με την ευγενή αθλητική άμιλλα.

Με τη μετουσίωση, τονίζει η Eleanor Steele, θάζομε τις ένορμήσεις, τις τάσεις και τις επιθυμίες μας στη διάθεση και στην ύπηρεσία κοινωνικά αποδεκτών και καθιερωμένων ήθικων προτύπων.

στ) Όνειροπόληση - Φαντασία

Μηχανισμοί που αποβλέπουν σε ικανοποιήσεις φανταστικές, μιά και στην πραγματικότητα δέν μπορούν να ικανοποιηθούν. Με τους μηχανισμούς αυτούς άμυνας τó άτομο λύνει τά προβλήματά του με τή φαντασία του και έτσι γίνεται δυνατή ή φυγή από τήν πραγματικότητα.

Τό παραμύθι αποτελεί βασική τροφή για τó μικρό παιδί και συντελεί στην ανάπτυξη τής φαντασίας του. Θα πρέπει όμως να μη δίδεται μεγάλη έμφαση σε πρόσωπα με μυθώδη δύναμη, γιατί ίσως άργότερα τó ίδιο τó παιδί να θάλη σκοπούς, που να είναι άνώτεροι από τις περιωρισμένες ικανότητές του. Αυτό σημαίνει ότι τó άτομο πρέπει από πολύ νωρίς να μάθη να κάμνη διάκριση μεταξύ πραγματικού και φανταστικού και να έλέγχη τις νοητικές του ικανότητες και δραστηριότητες.

ζ) Ένδοβολή (Introjection)

Τό άτομο, που χρησιμοποιεί τó μηχανισμό αυτό, ένσωματώνει (ένδοβάλλει) ώρισμένες χαρακτηριστικές ιδέες ή γεγονότα ένός άλλου προσώπου, στο όποιον έχει άπεριόριστη έμπιστοσύνη.

η) Έπαναγωγή (Παλινδρόμηση - Regression)

Με τó μηχανισμό αυτόάμυνας τó έγώ επανέρχεται στα πιο παιδικά επίπεδα τής ψυχικής σύνθεσης. Η παλινδρόμηση είναι συνηθισμένο φαινόμενο που όφείλεται σε δυσκολίες που προέρχονται είτε από άσθένειες, είτε από άνασφάλεια, είτε γενικά από συναισθηματική ένταση.

Η παλινδρόμηση παρατηρείται πολύ συχνά σε παιδιά ιδίως όταν γεννηθή και άλλο παιδί στην οικογένεια και άναπτύσσεται ή ζηλοτυπία. Υπάρχουν παιδιά τής σχολικής ήλικίας και έφηβοι, που έκφράζουν τή ζηλοτυπία τους με τó μηχανισμό τής παλινδρόμησης.

θ) Απώθηση (Repression)

Η σκόπιμη άπόδιωξη έσωτερικών ένστικτικών ένορμήσεων ή έξωτερικών γεγονότων, τά όποια είναι έπώδυνα για τó έγώ. Τό άτομο δηλ. κλείνει τά μάτια του μπροστά στην πραγματικότητα και διώχνει άπ' τή σκέψη του κάθε τι τó δυσάρεστο.

ι) Μετατόπιση (Displacement)

Μηχανισμός άμυνας που χρησιμοποιείται από όλους μας χωρίς σοβαρές συνέπειες. Αναφέρεται στην άρνηση του ατόμου να αντιμετώπιση τήν πραγματική αίτία τής στενοχώριας του και στην ύποκατάστασή της με μιά άλλη τελείως διαφορετική. Ο έφηβος π.χ. που «πρέπει» να

ἀγαπᾶ τὴ μητέρα του (μιὰ κακὴ γυναῖκα ποὺ τὸν κακομεταχειρίζεται) μετατοπίζει τὰ πραγματικά του συναισθήματα δυσαρέσκειας στὸ φόβο μήπως πεθάνῃ ἡ μητέρα του κάτι ποὺ στὴν πραγματικότητα ἐπιθυμῆι.

Οἱ μηχανισμοὶ ἄμυνας ποὺ περιγράψαμε παραπάνω εἶναι ἀντιδράσεις ποὺ τὶς μαθαίνομε καὶ ποὺ ἐπινοοῦνται ἢ ἔχουν σὰν κίνητρο τὸν παραμερισμὸ τοῦ ἄγχους ποὺ δημιουργεῖται ἀπ' τὶς ἀπειλές ποὺ ὑφίσταται τὸ ἐγώ. Τοὺς συναντᾶμε τοὺς μηχανισμοὺς αὐτοὺς καὶ στὰ ἄτομα καὶ στὶς ομάδες. Λειτουργοῦν, τὶς περισσότερες φορές, ἄσυνείδητα σὰν συνήθειες ποὺ περικλείουν αὐταπάτη καὶ διαστροφὴ τῆς πραγματικότητας. Οἱ μηχανισμοὶ αὗτοι ἐν τούτοις εἶναι ἀπαραίτητοι γιὰ τὴ διατήρηση τῆς ἰσορροπίας τοῦ ἐγώ. Τοὺς χρησιμοποιοῦμε σχεδὸν ὅλοι μας κατὰ διάφορο τρόπο καὶ σὲ διάφορο βαθμὸ. Τοῦτο μᾶς ἀναγκάζει νὰ ποῦμε ὅτι μέχρι ὀρισμένου βαθμοῦ οἱ ἀντιδράσεις αὐτὲς εἶναι ὀμαλές, ἐκτὸς ἀπὸ τὶς περιπτώσεις ἐκεῖνες, ποὺ τὸ ἄτομο μὲ τὴ χρησιμοποίηση τῶν μηχανισμῶν ἄμυνας γίνεται ἀφορμὴ νὰ διασαλευθῆ ἡ ἰσορροπία τῆς ομάδος στὴν ὁποία ἀνήκει.

Οἱ καλὲς συνήθειες, ποὺ ἀναπτύσσονται ἀπὸ ἐνωρίς καὶ ποὺ ἀποτελοῦν τοὺς μελλοντικούς κώδικες τῆς συμπεριφορᾶς, διατηροῦν γιὰ τὸ ἄτομο ὄχι μόνο ἀτομικὴ ἱκανοποίηση, ἀλλὰ καὶ ἀποδοχὴ καὶ ἀναγνώριση ἀπὸ μέρους τῆς κοινωνίας. Τέτοιες συνήθειες πρέπει νὰ καλλιεργοῦνται καὶ στὸ σπίτι καὶ στὸ σχολεῖο.



