Sumário

Introdução.....1
1. Sublimação.....2
2. Repressão.....3
3. Racionalização.....4
4. A projeção.....4
5. Deslocamento.....5
6. A identificação.....5
7. A regressão.....6
8. O isolamento.....6
9. Formação reativa.....7
10. Substituição.....8
11. Fantasia.....8
12. A compensação.....8
13. Expiação.....9
14. Negação.....9
15. Introjeção.....9
Bibliografia.....9

MECANISMOS DE DEFESA

Introdução

São diferentes tipos de operações em que a defesa pode ser especificada.Os mecanismos predominantes diferem segundo o tipo de afecção considerado, a etapa genética, o grau de elaboração do conflito defensivo, etc.

Não há divergências quanto ao fato de que os mecanismos de defesa são utilizados pelo ego, mas permanece aberta a questão teórica de saber se a sua utilização pressupõe sempre a existência de um ego organizado que seja o seu suporte.

Foi este o nome que Freud adotou para apresentar os diferentes tipos de manifestações que as defesas do Ego podem apresentar, já que este não se defronta só com as pressões e solicitações do Id e do Superego, pois aos dois se juntam o mundo exterior e as lembranças do passado.

Quando o Ego está consciente das condições reinantes, consegue ele sair-se bem das situações sendo lógico, objetivo e racional, mas quando se desencadeiam situações que possam vir a provocar sentimentos de culpa ou ansiedade, o Ego perde as três qualidades citadas. É quando a ansiedade-sinal (ou sinal de angústia), de forma inconsciente, ativa uma série de mecanismos de defesa, com o fim de proteger o Ego contra uma dor psíquica iminente.

Há vários mecanismos de defesa, sendo alguns mais eficientes do que outros. Há os que exigem menos dispêndio de energia para funcionar a contento. Outros há que são menos satisfatórios, mas todos requerem gastos de energia psíquica.
As defesas do ego podem dividir-se em :

a) Defesas bem sucedidas, que geram a cessação daquilo que se rejeita

b) Defesas ineficazes, que exigem repetição ou perpetuação do processo de rejeição, a fim de impedir a irrupção dos impulsos rejeitados.

As defesas patogênicas, nas quais se radicam as neuroses, pertencem à segunda categorias .Quando os impulsos opostos não encontram descarga, mas permanecem suspensos no inconsciente e ainda aumentam pelo funcionamento continuado das suas fontes físicas, produz-se estado de tensão, com possibilidade de irrupção.

Daí por que as defesas bem sucedidas, que de fato, menos se entendem, têm menor importância na psicologia das neuroses. Nem sempre, porém, se definem com nitidez as fronteiras entre as duas

categorias; há vezes em que não se consegue distinguir entre “um impulso que foi transformado pela influência do ego e um impulso que irrompe com distorção, contra a vontade do ego e sem que este o reconheça”. Este último tipo de impulso há de produzir atitudes constrangedoras, há de repetir-se continuamente, jamais permitirá relaxamento pleno gerará fadiga.

1. Sublimação

É o mais eficaz dos mecanismos de defesa, na medida em que canaliza os impulsos libidinais para uma postura socialmente útil e aceitável.

As defesas bem sucedidas podem colocar-se sob o título de sublimação, expressão que não designa mecanismo específico; vários mecanismos podem usar-se nas defesas bem sucedidas; por exemplo, a transformação da passividade em atividade; o rodeio em volta do assunto, a inversão de certo objetivo no objetivo oposto. O fator comum está em que, sob a influência do ego, a finalidade ou o objeto (ou um e outro) se transforma sem bloquear a descarga adequada. (O fator de valoração que habitualmente se inclui na definição de sublimação é melhor omitir). Deve-se diferenciar a sublimação das defesas que usam contracatexias; os impulsos sublimados descarregam-se, se bem que drenados por uma trilha artificial, enquanto os outros não se descarregam.

Na sublimação, cessa o impulso original pelo fato de que a respectiva energia é retirada em benefício da catexia do seu substituto. Nas outras defesas, a libido do impulso original é contida por uma contracatexia elevada.

As sublimações exigem uma torrente incontida de libido, tal qual a roda de um moinho precisa de um fluxo d'água desimpedido e canalizado. É por isto que as sublimações aparecem após a remoção de certa repressão. Para usar uma metáfora, as forças defensivas do ego não se opõem frontalmente aos impulsos originais, conforme ocorre no caso das contracatexias, mas incidem angularmente; daí uma resultante em que se unificam a energia instintiva e a energia defensiva, com liberdade para atuar. Distinguem-se as sublimações das gratificações substitutivas neuróticas pela sua dessexualização, ou seja, a gratificação do ego já não é fundamentalmente instintiva.

Quais são os impulsos que experimentam vicissitudes desta ordem e quais são as condições que determinam a possibilidade ou a impossibilidade de sublimação ?
Se não forem rejeitados pelo desenvolvimento de uma contracatexia (o que os excluirá do desenvolvimento ulterior da personalidade), os impulsos pré-genitais e as atitudes agressivas concomitantes organizam-se, mais tarde sob a primazia genital.A realização mais ou menos completa desta organização é indispensável para que tenha êxito a sublimação daquela parte da pré-genitalidade que não é usada sexualmente no mecanismo do pré-prazer.

É muito pouco provável a existência de sublimação da sexualidade genital adulta; os genitais constituem um aparelho que visa à realização da descarga orgástica plena, isto é, não sublimada. Os objetos da sublimação são os desejos pré-genitais. Se estes, porém, tiverem sido

reprimidos e se permanecem no inconsciente, competindo com a primazia genital, não podem ser sublimados. A capacidade de orgasmo genital é que possibilita a sublimação (dessexualização) dos desejos pré-genitais.

O que determina a possibilidade de o ego conseguir chegar à solução feliz desta ordem não é fácil dizer.

Caracteriza-se a sublimação por:

a) Inibição do objetivo

b) Dessexualização

c) Absorção completa de um instinto nas respectivas seqüelas

d) Alteração dentro do ego; qualidades todas estas que também se vêem nos resultados de umas tantas identificações, qual seja, no processo de formação do superego.

O fato empírico das sublimações, sobretudo as que se originam na infância, dependerem da presença de modelos, de incentivos que o ambiente forneça direta ou indiretamente, corrobora a asserção de Freud no sentido de que a sublimação talvez se relacione intimamente com a identificação. Mais ainda : Os casos de transtorno da capacidade de sublimar mostraram que esta incapacidade corresponde a dificuldades na promoção de identificações. Tal qual ocorre com certas identificações, também as sublimações são capazes de opor-se e se desfazerem, com êxito maior ou menor, certos impulsos destrutivos infantis; mas também podem satisfazer, de maneira distorcida, estes mesmos impulsos destrutivos; de algum modo, toda fixação artística de um processo natural “mata” este processo. É possível ver precursores das sublimações em certas brincadeiras infantis, nas quais os desejos sexuais se satisfazem por uma forma “dessexualizada” em seguida a certa distorção da finalidade ou do objeto; e as identificações também são decisivas neste tipo de brincadeiras.

Varia muito a extensão da divisão do objetivo na sublimação. Há casos em que a diversão se limita a inibição do objetivo; a pessoa que haja feito a sublimação faz, precisamente, aquilo que o seu instinto exige que faça, mas isso depois que o instinto se dessexualize e se subordine à organização do ego. Noutros tipos de sublimação, ocorrem transformações de alcance muito maior. É até possível que certa atividade de direção oposta ao instinto original substitua, de fato, este último. Certas reações de nojo, habituais entre as pessoas civilizadas, sem vestígio das tendências instintivas infantis contra as quais se desenvolveram originalmente, incluem-se nesta categoria.O que ocorre, então, é idêntico ao que Freud chamou transformação no contrário; uma vez completada, toda a força de um instinto opera na direção contrária.

2. Repressão

É a operação psíquica que pretende fazer desaparecer, da consciência, impulsos ameaçadores, sentimentos, desejos, ou seja, conteúdos desagradáveis, ou inoportunos.

Em sentido amplo, é uma operação psíquica que tende a fazer desaparecer da consciência um conteúdo desagradável ou inoportuno: idéia, afeto, etc.Neste sentido, o recalque seria uma modalidade especial de repressão.

Em sentido mais restrito, designa certas operações do sentido amplo, diferentes do recalque:

a) Ou pelo caráter consciente da operação e pelo fato de o conteúdo reprimido se tornar simplesmente pré-consciente e não inconsciente;

b) Ou, no caso da repressão de um afeto, porque este não é transposto para o inconsciente mas inibido, ou mesmo suprimido.

3. Racionalização

É uma forma de substituir por boas razões uma determinada conduta que exija explicações, de um modo geral, da parte de quem a adota. Os Psicanalistas, em tom jocoso, dizem que racionalização é uma mentira inconsciente que se põe no lugar do que se reprimiu.

É um processo pelo qual o sujeito procura apresentar uma explicação coerente do ponto de vista lógico, ou aceitável do ponto de vista moral, para uma atitude, uma ação, uma idéia, um sentimento, etc., cujos motivos verdadeiros não percebe; fala-se mais especialmente da racionalização de um sintoma, de uma compulsão defensiva, de uma formação reativa. A racionalização intervém também no delírio, resultando numa sistematização mais ou menos acentuada.

A racionalização é um processo muito comum, que abrange um extenso campo que vai desde o delírio ao pensamento normal.Como qualquer comportamento pode admitir uma explicação racional, muitas vezes é difícil decidir se esta é falha ou não. Em especial no tratamento psicanalítico encontraríamos todos os intermediários entre dois extremos; em certos casos é fácil demonstrar ao paciente o caráter artificial das motivações invocadas e incitá-lo assim a não se contentar com elas; em outros, os motivos racionais são particularmente sólidos (os analistas conhecem as resistências que a “alegação da realidade”, por exemplo, pode dissimular), mas mesmo assim pode ser útil colocá-los “entre parênteses” para descobrir as satisfações ou as defesas inconscientes que a eles se juntam.

Como exemplo do primeiro caso encontraremos racionalizações de sintomas, neuróticos ou perversos (comportamento homossexual masculino explicado pela superioridade intelectual e estética do homem, por exemplo) ou compulsões defensivas (ritual alimentar explicado por preocupações de higiene, por exemplo).

4. A projeção

Manifesta-se quando o Ego não aceita reconhecer um impulso inaceitável do Id e o atribui a outra pessoa.É o caso do menino que gostaria de roubar frutas do vizinho sem entretanto ter coragem para tanto, e diz que soube que um menino, na mesma rua, esteve tentando pular o muro do vizinho.

Termo utilizado num sentido muito geral em neurofisiologia e em psicologia para designar a operação pela qual um fato neurológico ou psicológico é deslocado e localizado no exterior, quer passando do centro para a periferia, quer do sujeito para o objeto.

No sentido propriamente psicanalítico, operação pela qual o sujeito expulsa de si e localiza no outro - pessoa ou coisa - qualidades, sentimentos, desejos e mesmo “objetos” que ele desconhece ou recusa nele. Trata-se aqui de uma defesa de origem muito arcaica, que vamos encontrar em ação particularmente na paranóia, mas também em modos de pensar “normais”, como a superstição.

5. Deslocamento

É um processo psíquico através do qual o todo é representado por uma parte ou vice-versa.Também pode ser uma idéia representada por uma outra, que, emocionalmente, esteja associada à ela. Esse mecanismo não tem qualquer compromisso com a lógica. É o caso de alguém que tendo tido uma experiência desagradável com um policial, reaja desdenhosamente, em relação a todos os policiais. É muito corrente nos sonhos, onde uma coisa representa outra. Também se manifesta na Transferência, fazendo com que o indivíduo apresente sentimentos em relação a uma pessoa que, na verdade, lhe representa uma outra do seu passado.

Fato de a importância, o interesse, a intensidade de uma representação ser suscetível de se destacar dela para passar a outras representações originariamente pouco intensas, ligadas à primeira por uma cadeia associativa. Esse fenômeno, particularmente visível na análise do sonho, encontra-se na formação dos sintomas psiconeuróticos e, de um modo geral, em todas as formações do inconsciente.

A teoria psicanalítica do deslocamento apela para a hipótese econômica de uma energia de investimento suscetível de se desligar das representações e de deslizar por caminhos associativos.

O “livre” deslocamento desta energia é uma das principais características do modo como o processo primário rege o funcionamento do sistema inconsciente.

6. A identificação

É o processo psíquico por meio do qual um indivíduo assimila um aspecto, uma característica de outro, e se transforma, total ou parcialmente, apresentando-se conforme o modelo desse outro. A personalidade constitui-se e diferencia-se por uma série de identificações.

Freud descreve como característico do trabalho do sonho o processo que traduz a relação de semelhança, o “tudo como se”, por uma substituição de uma imagem por outra ou “identificação”. A identificação não tem aqui valor cognitivo : é um processo ativo que substitui uma identidade parcial ou uma semelhança latente por uma identidade total.

7. A regressão

É o processo psíquico em que o Ego recua, fugindo de situações conflitivas atuais, para um estágio anterior. É o caso de alguém que depois de repetidas frustrações na área sexual, regrida, para obter satisfações, à fase oral, passando a comer em excesso.

Considerada em sentido tópico, a regressão se dá, de acordo com Freud, ao longo de uma sucessão de sistemas psíquicos que a excitação percorre normalmente segundo determinada direção.

No seu sentido temporal, a regressão supõe uma sucessão genética e designa o retorno do sujeito a etapas ultrapassadas do seu desenvolvimento (fases libidianis, relações de objeto, identificações, etc.).

No sentido formal, a regressão designa a passagem a modos de expressão e de comportamento de nível inferior do ponto de vista da complexidade, da estruturação e da diferenciação.

A regressão é uma noção de uso muito freqüente em psicanálise e na psicologia contemporânea; é concebida, a maioria das vezes, como um retorno a formas anteriores do desenvolvimento do pensamento, das relações de objeto e da estruturação do comportamento.

Freud é levado então a diferenciar o conceito de regressão, como o demonstra esta passagem acrescentada em 1914 em três espécies de regressões:

a) Tópica, no sentido do esquema do aparelho psíquico.A regressão tópica é particularmente manifestada no sonho, onde ela prossegue até o fim.Encontra-se em outros processos patológicos em que é menos global (alucinação) ou mesmo em processos normais em que vai menos longe (memória).

b) Temporal, em que são retomadas formações psíquicas mais antigas.

c) Formal, quando os modos de expressão e de figuração habituais são substituídos por modos primitivos. Estas três formas de regressão, na sua base, são apenas uma, e na maioria dos casos coincidem, porque o que é mais antigo no tempo é igualmente primitivo na forma e, na tópica psíquica, situa-se mais perto da extremidade perceptiva.

8. O isolamento

É um processo psíquico típico da neurose obsessiva, que consiste em isolar um comportamento ou um pensamento de tal maneira que as suas ligações com os outros pensamentos, ou com o autoconhecimento, ficam absolutamente interrompidas, já que foram (os pensamentos, os comportamentos), completamente excluídos do consciente.

Entre os processos de isolamento, citemos as pausas no decurso do pensamento, fórmulas, rituais, e,de um modo geral, todas as medidas que permitem estabelecer um hiato na sucessão temporal dos pensamentos ou dos atos.

Certos doentes defendem-se contra uma idéia, uma impressão, uma ação, isolando-as do contexto por uma pausa durante a qual... “nada mais tem direito a produzir-se, nada é qualificada de mágica por Freud; aproxima-a do processo normal de concentração no sujeito que procura não deixar que o seu pensamento se afaste do seu objeto atual”.

O isolamento manifesta-se em diversos sintomas obsessivos; nós o vemos particularmente em ação no tratamento, onde a diretriz da associação livre, por lhe se oposta, coloca-o em evidência (sujeitos que separam radicalmente a sua análise da sua vida, ou determinada seqüência de idéias do conjunto da sessão, ou determinada representação do seu contexto ideoafetivo).

Freud reduz, em última análise, a tendência para o isolamento a um modo arcaico de defesa contra a pulsão, a interdição de tocar, uma vez que “... o contato corporal é a finalidade imediata do investimento de objeto, quer o agressivo quer o terno”.

Nesta perspectiva, o isolamento surge como “... uma supressão da possibilidade de contato, um meio de subtrair uma coisa ao contato; do mesmo modo, quando o neurótico isola uma impressão ou uma atividade por pausa, dá-nos simbolicamente a entender que não permitirá que os pensamentos que lhes dizem respeito entrem em contato associativo com outros”.

Na realidade, pensamos que seria interessante reservar o termo isolamento para designar um processo específico de defesa que vai da compulsão a uma atitude sistemática e concentrada, e que consiste numa ruptura das conexões associativas de um pensamento ou de uma ação, especialmente com o que os precede e os segue no tempo.

9. Formação reativa

É um processo psíquico que se caracteriza pela adoção de uma atitude de sentido oposto a um desejo que tenha sido recalcado, constituindo-se, então, numa reação contra ele. Uma definição: é o processo psíquico, por meio do qual um impulso indesejável é mantido inconsciente, por conta de uma forte adesão ao seu contrário.

Muitas atitudes neuróticas existem que são tentativas evidentes de negar ou reprimir alguns impulsos, ou de defender a pessoa contra um perigo instintivo. São atitudes tolhidas rígidas, que obstam a expressão de

impulsos contrários, os quais, no entanto, de vez em quando, irrompem por diversos modos.

Nas peculiaridades desta ordem, a psicanálise, psicologia "desmascaradora" que é, consegue provar que a atitude oposta original ainda está presente no inconsciente. Chamam-se formações reativas estas atitudes opostas secundárias.

As formações reativas representam mecanismo de defesa separado e independente? Dão mais impressão de constituir conseqüência e reafirmação de uma repressão estabelecida. Quando menos, contudo, significam certo tipo de repressão que é possível distinguir de outras repressões. Digamos: É um tipo de repressão em que a contracatexia é manifesta e que, portanto, tem êxito no evitar de atos repressivos muito repetidos de repetidos de repressão secundária. As formações reativas evitam repressões secundárias pela promoção de modificação definitiva, "uma vez por todas", da personalidade. O indivíduo que haja constituído formações reativas não desenvolve certos mecanismos de defesa de que se sirva ante a ameaça de perigo instintivo; modificou a estrutura da sua personalidade, como se este perigo estivesse sem cessar presente, de maneira que esteja pronto sempre que ocorra.

10. Substituição

Processo pelo qual um objeto valorizado emocionalmente, mas que não pode ser possuído, é inconscientemente substituído por outro, que geralmente se assemelha ao proibido. É uma forma de deslocamento.

11. Fantasia

É um processo psíquico em que o indivíduo concebe uma situação em sua mente, que satisfaz uma necessidade ou desejo, que não pode ser, na vida real, satisfeito.

É um roteiro imaginário em que o sujeito está presente e que representa, de modo mais ou menos deformado pelos processos defensivos, a realização de um desejo e, em última análise, de um desejo inconsciente.

A fantasia apresenta-se sob diversas modalidades:

a) Fantasias conscientes ou sonhos diurnos.

b) Fantasias inconscientes como as que a análise revela, como estruturas subjacentes a um conteúdo manifesto.

c) Fantasias originárias.

12. A compensação

É o processo psíquico em que o indivíduo se compensa por alguma deficiência, pela imagem que tem de si próprio, por meio de um outro aspecto que o caracterize, que ele, então, passa a considerar como um trunfo.

13. Expiação

É o processo psíquico em que o indivíduo quer pagar pelo seu erro imediatamente.

14. Negação

A tendência a negar sensações dolorosas é tão antiga quanto o próprio sentimento de dor. Nas crianças pequenas, é muito comum a negação de realidades desagradáveis, negação que realiza desejos e que simplesmente exprime a efetividade do princípio do prazer.

A capacidade de negar pares desagradáveis da realidade é a contrapartida da “realização alucinatória dos desejos”. Anna Freud chamou este tipo de recusa do reconhecimento do desprazer em geral “pré-estádios da defesa”.

15. Introjeção

Originalmente, a idéia de engolir um objeto exprime afirmação; e como tal é o protótipo de satisfação instintiva, e não de defesa contra os instintos. No estádio do ego prazeroso purificado, tudo quanto agrada é introjetado. Em última análise, todos os objetos sexuais derivam de objetivos de incorporação. Do mesmo passo, a projeção é o protótipo da recuperação daquela onipotência que foi projetada para os adultos. Contudo, a incorporação, embora exprima “amor”, destrói objetivamente os objetos como tais, como coisas independentes do mundo exterior. Percebendo este fato, o ego aprende a usar a introjeção para fins hostis como executora de impulsos destrutivos e também como modelo de um mecanismo definido de defesa.

A incorporação é o objetivo mais arcaico dentre os que se dirigem para um objeto. A identificação, realizada através da introjeção, é o tipo mais primitivo de relação com os objetos.

Bibliografia

FENICHEL,O., Teoria Psicanalítica das Neuroses. Atheneu.2000

GREENSON, R. R., A Técnica e a Prática da Psicanálise. Imago.RJ. 1981

LAPLANCHE & PONTALIS. Vocabulário de Psicanálise (2000), Martins Fontes S.P.

CARVALHO, UYRATAN . Psicanálise I . Isbn.RJ.2000

HENRY EY. Manual de Psiquiatria.5º Edição. Masson/Atheneu

http://www.freud.rg3.net/