

Theoretical Analyses

ЗА ПСЕВДОПРИЕМАНЕТО ИЛИ ТЕОРЕТИЧНИ ОСНОВИ НА ЕДИН НЕОПИСВАН ЗАЩИТЕН МЕХАНИЗЪМ

For the Pseudoacceptance or Theoretical Bases of one Undescribed Defense Mechanism

Светослав Борисов Карабелъов (Svetoslav Borisov Karabelyov)^{*a}

[a] СУ "Св. Климент Охридски", София, България (Sofia University "St. Kliment Ohridski", Sofia, Bulgaria).

Резюме

Много изследователи изтъкват, че това, което знаем за защитните механизми, е, в действителност, резултат от събрани клинични данни. За някои защитни механизми като класическата проекция няма никакви емпирични данни, потвърждаващи тяхното съществуване. Съществуват многобройни психологически школи, всяка от които има собствен възглед за природата, типове, характеристиките и ефектите от защитните механизми. Няма една единствена теория за защитните механизми. Тази статия поставя теоретичните основи на псевдоприемането като един неописван защитен механизъм, така че разширяването на интрапсихичната защитна система е основната цел на този теоретичен анализ. Представени са природата и характеристиките на псевдоприемането, както и механизмът на разгръщането му, неговата диференциация и взаимовръзки с другите защитни механизми. Един пример за псевдоприемане също е представен и анализиран.

Ключови думи: псевдоприемане, защитни механизми

Abstract

Many researchers emphasize that what we know about the defense mechanisms is actually a result of collected clinical data. For some defense mechanisms like the classical projection, there is not any empirical data proving their existence. There are numerous psychological schools, each with its own view of the nature, of the types, of the characteristics and of the effects of the defense mechanisms. There is not a single theory of defense mechanisms. This paper lays the theoretical bases of the pseudoacceptance as one undescribed defense mechanism, so the broadening of the intrapsychic defense system is the main purpose of this theoretical analysis. The nature and the characteristics of the pseudoacceptance are presented, as well as the mechanism of its deployment, its differentiation and relations with other defense mechanisms. An example of the pseudoacceptance is also presented and analyzed.

Keywords: pseudoacceptance, defense mechanisms

Psychological Thought, 2013, Vol. 6(1), 41–52, doi:10.5964/psycyct.v6i1.28

Received: 2012-06-20. Accepted: 2012-12-15. Published: 2013-04-30.

*Corresponding author at: Struma 15 B, Ap. 11, 2700 Blagoevgrad, Bulgaria. E-mail: fc_gretna@abv.bg



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Редица изследователи в областта на защитните механизми подчертават, че знанията за психичните защити обикновено са плод на събирани клинични данни (Brener, 1999; Ivanov, 2007; Madolev, 2006; Rudinesko & Plon, 2000; Tart, 1997), като се изтъква дори, че за някои защити – като класическата проекция – няма никакви емпирични данни, потвърждаващи съществуването им (Holmes as cited in Korsini, 1998).

Така и за псевдоприемането не съществуват емпирични данни, доказващи наличието му, като всъщност в настоящата публикация ще бъде опитано да се развие идеята, че псевдоприемането е проява на инт-

рапсихичната защитна формация, която проява не е описвана до този момент в литературата и анализите при изследванията и проучванията на защитните механизми.

Утвърдено е схващането, че няма единен възглед за защитните механизми както по отношение броя им, така и във връзка със същността и характеристиките им (Brener, 1999; Ivanov, 2007; Madolev, 2006). Нещо повече – и като природа, и като проявление и особености, и като видове и следствия – различните школи и направления в психологията, а и във философията (Nikolova, 2006), предлагат свой специфичен възглед за защитните механизми.

Началото, разбира се, в тази насока, се поставя от Зигмунд Фройд (1856-1939), който през 1894 г. в *Psychoses of Defence* (*Защитните невропсихози*) описва защитните функции на *изтласкването* (Korsini, 1998), а терминът „защита“ З. Фройд употребява и в някои свои по-късни трудове – *Етиология на хистерията* и *Още бележки върху невропсихозите на защитата* (Freud, 2000). Така описваната там защита остава като обособена и идентифицирана като изтласкване, а по-късно З. Фройд я описва като само една от всичките техники, до които прибегва Азът в конфликти, които могат да водят до невроза (Freud, 2000). Освен *изтласкването*, други описани от З. Фройд форми на психична защита са *регресията*, *формирането на реакция*, *изолацията*, *отричането*, *идентификацията*, *проекцията*, *изместването* и *рационализацията* (Freud, 2000; Schultz & Schultz, 2006), като през 1905 г. З. Фройд описва и същността на *сублимацията* като защитна проява, свързана с трансформацията на нагонните влечения в някакъв вид социална и обществено одобряема дейност (Freud, 1997). Най-общо в психоанализата на З. Фройд защитните механизми се тълкуват като несъзнавани прояви на Аза, насочени срещу осъзнаването на травмиращи, стресиращи, тревожещи въздействия, идващи както от То, така и от Свъръхаза, при взаимодействието на индивида с външните условия.

Сред по-популярните модификации на психоанализата са *Психологията на Аза* (Его-психологията) с основен представител дъщерята на Зигмунд Фройд – Ана Фройд, а също и Хайнц Хартман и Вилхелм Райх, и *Психологията на обектните отношения* с по-известни представители Мелани Клайн и Хайнц Кохут.

„Психолозите на Аза“ подчертават централната роля на Аза в задействането на защитните механизми и разкриват многостранно значимостта му, обогатявайки списъка на психичните защити с например *идентификация с агресора*, *алтруистичен отказ*, *интелектуализация*, *отмяна*, *ограничаване на Аза* и др. (Freud, 2000; Ratner, 2005), а пък школата на обектните отношения акцентира върху междуличностните отношения, при които цялостното психосоматично реагиране на индивида е детерминирано от обектите, които са свързани с него по някакъв начин. Описанието на тези връзки става предимно в социални и когнитивни термини (Schultz & Schultz, 2006).

В рамките на хуманистичната психология, представители на която са Карл Роджърс, Ейбрахам Маслоу, Гордън Олпорт, Роло Мей и други (Schultz & Schultz, 2006) *Азът* и *Аз-концепцията* са водещите понятия въобще, като със същите се свързват и проявите на психична защита. Така тук защитните механизми се описват като начини на Аза да тушира отрицателните преживявания, когато новите възприятия и опит за себе си противоречат на Аз-концепцията (Madolev, 2006; Schultz, 2004).

За Карл Роджърс, например, защитните механизми са само два на брой: *изопачаване на възприятието* и *отрицание* (Žurbin, 1990).

Според когнитивната психология защитните механизми се задействат основно при наличие на информационно несъвпадение, изразяващо се в разлика между знанията, които човек има у себе си и постъпващата от външната среда информация (Madolev, 2006).

Разглеждат се най-вече проявите на *отрицание* и *потискане*, също и на *рационализация* и *проекция*.

На защитните механизми във философията се гледа като на идеологеми, които целят да заблудят самия субект и да убедят околните в определена цел (Nikolova, 2006).

Една предимно социокултурна теория на Ерих Фром (1900-1980), представена в емблематичната му книга *Бягство от свободата*, описва защитните механизми като своеобразни бягства на личността, дължащи се на чувството ѝ за изолираност в едни повече или по-малко противопоставящи се на щастието и реализацията на същата тази личност общества, като такива общества Е. Фром нарича „невротични“ (From, 2001). И ако единият възможен път за отговор на личността е позитивната свобода или спонтанното свързване на собствения живот чрез обич и труд и непринудена изява на емоционални, чувствени и интелектуални качества, то вторият е жертването на свободата и опитът да се преодолее самотата чрез премахване разстоянието между личността и света. Последното става чрез негативните за личността защитни механизми на *авторитаризма*, *деструктивността* и *автоматичното подчинение*, успокояващи непонимателната тревожност от чувството за самота и изолираност, но водещи в крайна сметка до нещастие.

Най-общо, без значение от школата или направлението, защитните механизми се тълкуват като *несъзнавани интрапсихични конструкти, имащи за цел да възпрепятстват осъзнаването на тревожещи индивида чувства, мисли, намерения за или следствия от поведение, неприятни преживявания от конфликти или събития и случки, имащи стресогенен и/или фрустриращ характер*.

Основните характеристики, които се посочват при детайлизиране същността на защитните механизми, се свързват с това, че:

- проявите им блокират *набезите на „импулси“ от То и Свърхаза* (Brenner, 1999; Freud, 1997; Freud, 2000), *„атаките“ на стимули от външната среда* (Ivanov, 2007; Madolev, 2006; Rogers, 1961 as cited in Schultz, 2004);
- се актуализират в *различни периоди от отнoгeнeтичнoтo развитие* на индивида (Blum, 1996; Freud, 1997; Freud, 2000);
- притежават както *адаптивни функции* (Holmes, 1974 as cited in Korsini, 1998; Madolev, 2006), така и *силно разстройващи цялостното функциониране на личността и свързващи се пряко с редица личностни и психични разстройства особености* (Aleksiev, 2010; Freud, 1997; Freud, 2000; Vasserman et al., 2005).

Така представеният кратък преглед на различните възгледи, които съществуват за защитните механизми, на практика е и достатъчно основание като изследователи – и в прекия, и в преносния смисъл – в проучванията на собствения си душевен свят, да следим проявите на активизираните от нас защити, да набелязваме специфичните им характеристики и причините за тях, да ги диференцираме едни от други, да редуцираме колкото е възможно задействането им чрез повече осъзнатост и търсене на конструктивни пътища за решаване травмиращите ситуации, и не на последно място – да следим за прояви на интрапсихична защита, която се различава малко или много от разгледаните до този момент в изследванията по въпроса. Всичко това ще спомогне за:

1. Обогаляване разбиранията за интрапсихичната защитна система;

2. Диференциране защитите на база специфичните им характеристики, възможности и проявления;
3. Откриване общите елементи между всички защити в търсенето на единна теория за психичната защита;
4. По-детайлно разбиране на несъзнаваното, а от там – повече осъзнатост.

Дизайн на изследването

За системно и цялостно разглеждане на проблема следва да бъде очертан и дизайнът на изследването, който ще бъде следван по-нататък в разработката. Той включва:

1. **ЦЕЛ:** Да се разшири интразащитната система чрез анализ и добавяне на нов компонент към нея
2. **ЗАДАЧИ:**
 - a. Да се представят същността и характеристиките на псевдоприемането;
 - b. Да се представи схемата на разгръщане на псевдоприемането;
 - c. Да се диференцира псевдоприемането от другите психични защитни мерки;
 - d. Да се илюстрира псевдоприемането с пример.
3. **МЕТОД:** Теоретичен анализ

Същност и характеристики на псевдоприемането

За да се пристъпи и навлезе в същността и обособяване на характеристиките на псевдоприемането, изглежда логично преди всичко да се създаде „почва“ за задействане по принцип на защитен механизъм.

Нека си представим, че сме на място, където някой казва нещо, което ни обижда и срещу което сме крайно против и нямаме възможност за директен отговор или за такъв, какъвто желаем. След приключване на ситуацията болката/обидата/напрежението/засегнатото самоуважение не ни напускат и са дълбоко заседнали у нас. Не ни се създава възможност за среща в последствие с този човек или ако има такава, то се чувстваме неспособни за такова отреагиране, каквото желаем – примерно ако другият е по-висшестоящ от нас в работата и не желаем конфронтация с него повече, отколкото да рискуваме в словесен дуел. Заседналите у нас неприятни преживявания не престават и онова, което правим, за да потушим напрежението у нас, е да приемем думите му и да се съгласим с него, да си кажем „Прав е!“. Това е лъжливо съгласяване и понеже думата „лъжливо“ има повече акцент на осъзнатост, а думата „съгласяване“ – повече се отнася до думи, отколкото до дела, то най-удачен терминът се явява *псевдоприемане* поради няколко причини: „псевдо“ носи у себе си елементи ако не изцяло на неосъзнатост, то поне на размитост между осъзнаване и неосъзнаване; „псевдо“ има и друго преимущество – по отношение качествените параметри на осъществяваната защита: не става въпрос за интернализация и истинско приемане на отсрещното, а „приемане“, осъществявано само поради потребността и нуждата на човек да не продължава да бъде в това мъчително състояние, при което съществото му се намира в отрицателния емоционален полюс поради травмиращия фактл Така той излъгва несъзнавано себе си само и само да спре отрицателната емоционална вихрушка у себе си.

„Приемане“ е най-подходящ термин, защото в по-голяма степен от „съгласяване“ може да се отнася и до думи, и до дела и поведение.

С последното на практика се разширява обхвата на ситуации, при които може да се стигне до псевдоприемане. Не е задължително някой нещо да е казал: може да сме станали свидетели на случка и събитие, срещу което вътрешно сме възроптали силно, но не сме го показали поради страх от срещнатата страна. В последствие настъпващото към съзнанието чувство на вина от нашата липса на реакция може да бъде стопирано чрез псевдоприемане, което не ни поставя в дисонанс спрямо станалото и така неутрализира вината и тревогата.

Друга възможност е свързана със случаи, при които успяваме да изразим мнението си и вижданията си по някакъв проблем, но те не намират отклик у срещнатата страна и въобще у другите, гледащи напълно различно от нас по същия този проблем, изключително значим за нас. Това поражда тревога, свързана със *самочувствието* и *стойността* и *значимостта* на *собственото* Аз. За да редуцираме тази тревога, излъгваме себе си, че другите са прави и така не ни се налага да влизаме в конфронтация с тях, която да застрашава себестойността ни.

Много често хора, станали свидетели на събития, които не одобряват, но на които не са отреагирани, се защитават пред себе си и пред другите – близки или по-далечни – чрез псевдоприемане на онова, на което са станали свидетели, за да не може да възникнат спрямо тях въпроси като: „Защо нищо не направи?“; „Къде ти е съвестта?“, „Нямаш ли чувство за справедливост?“, „Не различаваш ли истина/добро/правилно/редно от неистина/лошо/неправилно/нередно?“ и т.н.

Това, което човек е смятал за правилно, за редно, за стойностно бива подложено на изпитание, бива отхвърляно, бива съсипвано, бива му даван отпор. Личността не може да го приеме, защото ако го направи, ще отхвърли себе си такава, каквата е била досега. Затова тя не го приема, тя го псевдоприема. Така и не последва отхвърляне на себе си.

Кои биха прибегнали до псевдоприемането? Такива могат да бъдат: неможещите да се справят със станалото и/или казаното поради отдалеченост (по-скоро физическа), поради независещи от тях обстоятелства, поради липса на опит, поради страх; хора със слаби словесни способности, със слаби компоненти на волята, с емоционална неустойчивост; неконфронтационен тип личности; и хора „на недействието“ и хора „на действието“: първите – защото псевдоприемането е чисто интрапсихично проявяващо се, вторите – когато не могат да действат; изтощените от борбата с срещнатото хора, които не могат да продължат тази психически изтощаваща ги битка и т.н.

От споделеното дотук биха могли да бъдат представени и съответните на псевдоприемането **характеристики**:

- Несъответствие между личната позиция/нагласа/ мнение/оценка, очакване и възприетото отношение и реакция (думи/поведение) на друг или други, пораждащо вътрешна болка/обида/конфликт/стрес;
- Поради невъзможността за желаното отреагиране определени психични съдържания или биват принудително задържани в несъзнаваното, или биват изпращани там, или в сферата на съзнанието срещу тях се надига мощна атака, свързана с тяхното омаловажаване/игнориране/ заобикаляне; тези психични съдържания са пунктът у личността, който е засегнат;
- Изградено върху малко или много мисловни изпопачавания, подкрепено или не върху рационализации, издигнато посредством последните стонове от рушация се бастион срещу срещнатата „атака“, у личността се формира съждение на приемане обиждащото/стресиращото/травмиращото и не като отричащо собствената позиция/мнение/нагласа/виждане, а като отделна реалност, която бива признавана само защото не съществуват (или не се намират) сили, които да я променят;

- Не присъства ценностна, мотивационна или поведенческа реконструкция, свързана с потвърждаване на псевдоприетото от страна на угнетената личност;
- Възможна е реализацията на словесен израз в тон с интрапсихичната монологична реч, отразяваща „приемането“ на травмиращото отсрещно;
- Стабилизиращи и проекторазстройващи особености: Псевдоприемането се отличава с огромна мощност по посока на моментно туширане на отрицателния емоционален ураган у личността, и въпреки това, с лабилни основи по отношение изграденото у личността.

Първото произтича от факта, че псевдоприемането се явява често последен редуктор срещу конфликта и болката там, където другите защитни механизми са се провалили или са неспособни да овладеят негативната емоционална вихрушка, а второто – от факта, че без „приток“ на поддържащи когнитивни структури псевдоприетото лесно може да се разпадне под ударите на неотстранената изначална личностна позиция/мнение/нагласа/убеждение.

Определение за псевдоприемането

На база набелязаните характеристики, псевдоприемането може да бъде определено като несъзнаван интрапсихичен защитен конструкт, задействащ се при вътрешен бунт срещу реакциите и/или думите на субект от външната реалност (на културна тенденция/на различни масови прояви и т.н.) и свързан с несъзнавано самоизлъгване на чувстващата невъзможност или неможещата по никакъв начин да реагира според желанието си личност, в което самоизлъгване, за да потуши несъгласието си, тя заявява пред себе си и/или пред други (по-рядко пред други) приемането на отсрещното.

Схема на разгръщане на псевдоприемането

Може да се даде вече отговор на въпроса „Защо се стига до псевдоприемане?“ – за да се редуцира тревогата, породена от невъзможността/неспособността или пък възприеманата като недостатъчна интензивност на собственото отреагиране спрямо неодобрявани по принцип от нас отсрещни думи или действия.

Схемата на разгръщане на псевдоприемането изглежда така:

1. Неодобрение/ неприемане/ несъгласяване/ възнегодване срещу отсрещна мисъл/чувство/действие/ поведение/събитие;
2. Невъзможност/неспособност/страх за изразяване неприемането;
3. Пораждане дискомфорт/обида/болка/тревога/страх/ несигурност;
4. Псевдоприемане (което потушава дисонанса).

Диференциране на псевдоприемането от другите защити

Настоящият раздел концептуално и съдържателно отразява нуждата от по-детайлно вникване в същността и особеностите на псевдоприемането по посока на обозначаване отликите на псевдоприемането от другите защитни механизми.

На база теоретичен анализ ще бъде извършена диференциация, която да утвърди относителното самостоятелно място на псевдоприемането сред другите психични защити. Описанието тук, независимо от първопричинната цел, свързана с анализ на разликите между псевдоприемането и другите защитни меха-

низми, има и един своеобразен характер, съотнасян към детайлизиране въобще на псевдоприемането по линията на неговите характеристики.

- Псевдоприемането не е изтласкване, защото травмиращото преживяване не бива „працано в несъзнаваното“ (Freud, 1997), а по несъзнавани механизми фактът, свързан с него, се „приема“ за успокоение като правилен/реден/адекватен.
- Псевдоприемането не е отричане, защото реалността на отсрещното не се „отхвърля“ (Ivanov, 2007), а се признава, и травмиращият ѝ характер детерминира задействането на псевдоприемаща реакция, насочена към несъзнавано излъгване на себе си за „приемането“ на тази реалност като адекватна/правилна/редна.
- Псевдоприемането не е регресия, защото реакцията на личността не е модел на действие или отношение, с които тя е реагирала някога в отговор на крайно стресиращи я събития (Tart, 1997), а последен бастион срещу травмата, който не разстройва цялостно психичното ѝ функциониране и запазва способността ѝ за проверка на реалността.
- Псевдоприемането не е компенсация, защото не е свързано със сътворяването на психични и поведенчески конструкти, издигащи или усъвършенстващи травмираната или друга точка в психосоматичния апарат (Adler, 1998; Madolev, 2006), а със закърпване на същата точка чрез псевдоразрушаване дисонанса по отношение стресогенния и травмиращ субект или предмет.
- Псевдоприемането не е проекция, защото няма пренос на психични компоненти от собствената личност във външната среда (Freud, 2000) а псевдоприравняване на компонентите от същата външна среда с наличните интрапсихични.
- Псевдоприемането не е изместване, защото не се извършва поведенческо или емоционално отреагиране към трета, незастрашаваща страна с цел вентилизиране обидата или болката (Madolev, 2006), а само псевдопромяна на нагласата и то към реалната страна, носител на травмиращи и/или стресиращи въздействия за личността.
- Псевдоприемането не е формиране на реакция, защото няма радикална промяна в поведението или думите, които да скриват силното несъзнавано желано (Freud, 2000), а съзнаваното желано бива несъзнавано подменено в псевдоконсонанс с отсрещното.
- Псевдоприемането не е интелектуализация, защото не съществува туширане емоционалния фактор за сметка на „интелектуалната“ компонента (Vasserman et al., 2005), а заработване на последната, така че да запази емоционалните структури от разруха без да ги елиминира.
- Псевдоприемането не е рационализация, защото макар да служи за „оправдание“ (Aronson, 2009), самото то не е оправданието. Рационализацията може да бъде много добро оръжие в ръцете на псевдоприемането, когато последното се нуждае от оправдателни схеми, които да обосноват появата му, но може да мине и без тях, при все че воинът и оръжието в ръцете му не са в крайна сметка едно и също нещо.
- Псевдоприемането не е идентификация, защото няма задължително възприемане моделите на отношение, поведение или словесно изразяване на травмиращия субект или предмет (Brener, 1999), а само на позицията му относно критичната точка на разногласие.
- Псевдоприемането не е органичаване на Аза, защото избягването на травмиращия субект или предмет (Freud, 2000) само по себе си не е търсено, а дори напротив: съществува или търсене, за да бъде отреагирано, или отреагирането към него е физически и/или вербално невъзможно.
- Псевдоприемането не е потискане, защото травмиращият феномен не е обект на съзнавано и/или несъзнавано игнориране от мисловната сфера (Laplanche & Pontalis, 1996; Nalchadzhian, 1988), а основен обект на същата тази сфера в конкретния времеви епизод.
- Псевдоприемането не е конформизъм, защото не съществува липса на личностна позиция и мнение, а точно обратното – крайна такава на стресиращата или травмиращата болка, която не може да бъде туширана по друг начин освен чрез псевдовъзприемането на отсрещното. То не е конформизъм

също така поради очевидния факт, че служи за потушаване тревожността не чрез някакво временно използване модели на поведение, на словесно изразяване, на мнения и позиции (ако въобще има някаква тревожност при лица, склонни към конформизъм), а чрез несъзнавано самоизлъгване на Аза, че е приел отсрещната позиция, мнение, постъпка за правилна. При псевдоприемането въобще не е нужно някакво поведенческо или когнитивно прекопструиране и/или трансформация, които да бъдат малко или повече идентични на такива, идващи от външната среда. Псевдоприемането приключва с несъзнаваното самоизлъгване.

Разликата с конформизма върви и по друга линия. Ако конформизмът се описва като „...промяна в поведението или вярванията на индивидите по посока на групата в резултат на реален или въображаем групов натиск...“ (Dzhonev, 1996, p. 74) и се свързва с пасивното приемане от човека на съществуващото положение на нещата и стремеж да бъде като всичко останали (Ivanov, 2007), то при псевдоприемането:

1. няма промяна в поведението, защото тя не е нужна за псевдоприемания, просто защото самата псевдоприемаща реакция е чисто интрапсихична и сама по себе си е крайна като характер;
2. няма промяна във вярванията, защото псевдоприеманият запазва своите и псевдоприема отсрещните, без да ги интернализира, а само редуцира степента на тревогата у себе си;
3. не е задължително отсрещното стресиращо да бъде плод на групата; възможно е да бъдат думи или действия на само един човек;
4. не съществува абсолютно никакъв стремеж човек да бъде като останалите; той не желае да бъде дори като причинилия му болка, камо ли пък като групата.

Каква е връзката на конформизма с псевдоприемащата реакция на индивида в случай на отправена към него обида от друг човек? В такъв случай промяната като реакция може да бъде само по посока на псевдоприемане, конформизмът няма нищо общо в такива ситуации.

Псевдоприемането и връзките му с другите защити

Отделните защити биха могли да бъдат в добра услуга на псевдоприемането там, където то ще се нуждае от подкрепа при укрепване „новата“ позиция на личността. В такава услуга може да бъде ползвано *отрицанието* – там, където след осъществяването на псевдоприемане се стига до отричане всичко онова, което би разстроило, но най-добрата опора на псевдоприемането е рационализацията, която е способна да сътвори всичко, което е нужно, за да оправдае псевдопромяната.

Обратното по същата връзка изглежда почти невъзможно, т.е. псевдоприемането не може да бъде в същата услуга на другите защити, в каквато могат да бъдат те на него; това е така поради спецификите му, характеризиращи изключително крайната му намеса в невъзможни за справяне чрез другите защитни механизми обстоятелства.

Така например, рационализация, последвана от псевдоприемане, е провалил се в рационализирането душевен апарат, който прибегва до псевдоприемане; а псевдоприемане, последвано от рационализация, е псевдоприемане, послужило си с рационализация.

Несполучливи опити за ограничаване на Аза, за изместване, за потискане и т.н., могат да бъдат последвани от псевдоприемане, което: да тушира за момент нуждата Азът да престане да се опитва да избяга от стресогенния дразнител, „върху“ който не може да отреагира по начин, по който би желал; да редуцира болката от непълноценната и неудовлетворителна за него реакция; да престане да се включва в дейности и взаимоотношения, които несъзнавано търси, за да заглуши страданието у себе си и т.н.

Пример за псевдоприемане

Майсторите на писменото слово – добрите писатели и поети – с високата си сензитивност, изключителната си проникателност и тънкия си усет към разбиране човешките вълнения, често в произведенията си описват прояви на задействие интрапсихични защитни конструкции при своите герои.

Така по-долу предложеното задействие на псевдоприемане е от света на художественото писмено слово.

Примерът е от първия от четирите романа на големия американски писател Джон Ъпдайк (1932-2009) за живота на Хари Енгстръм – Заека, неговото семейство и приятелите му, където фонът е, както при повечето от романите на Ъпдайк, американската действителност след Втората Световна война до началото на деветдесетте години на двадесети век. Ъпдайк е награден с Пулицър, а критиците определят тези четири романа като „най-достоверния портрет на случващото се в Америка“ (Updike, 1967).

В приведения откъс от книгата Джек Екълс отива при Фриц Крупенбах (и двамата са свещеници), за да го моли заедно да направят нещо, така че разделените се Хари Енгстръм – Заека и жена му да заживеят отново заедно. Фриц, обаче, на това предложение отвърща със словесна атака от предимно лични нападки към Джек, за това как последният си мисли, че може да си позволява подобно нещо – да се бърка в отношенията на другите хора. Джек бива също така и много експресивно обвиняван от страна на Фриц за това, че едно такова поведение, а и намерение изобщо, е в дисхармония с предписанията в религията. Без да остави дори възможност за отговор, Фриц си излиза от стаята и оставя Джек сам да си тръгне без да го изпраща. (Подчертаването тук е с цел насочване на вниманието към значими моменти от текста на Ъпдайк, свързани с реакцията на псевдоприемане у Джек):

„...Джек ... излиза навън. Сърцето му бие като сърцето на **уплашено дете**, а коленете му се подкосяват от **ярост**. Той беше дошъл, за да размени мисли, а беше **бичуван** с някаква налудничава проповед. Досадният стар гръмовит шваба няма и понятие за свещеничеството като приемник на светлината и навярно той самият се е промъкнал в него, излизайки от някоя месарница. Джек разбира, че това са **злобни** и **недостойни** мисли, но не може да ги спре. **Депресията** е толкова голяма, **че той се опитва да я изтръгне, като си казва: „Той е прав, той е прав“** и по тоя начин **отприщва сълзите и се облекчава, колкото и да е глупаво, над съвършения зелен кръг на кормилото на буика**. Но той не може да плаче; пресъхнал е. **Срамът и провалът са заседнали вътре у него тежки, но безплодни**“ (Updike, 1967).

Анализът на епизода може да стартира от няколко различни страни. Удачно е да се започне от там, че са налице условия, които могат да доведат до активизирането на защитни механизми. Тези условия се изразяват в разразилата се като крайно травмираща и фрустрираща за Джек Екълс ситуация. Не само, че намеренията му са отказани и възпрепятствани, но и отказите са съпроводени от нападки, засягащи чувството му за лично достойнство, самооценката му и компетенциите му. Преди осъществената словесна конструкция от „Прав е, той е прав“ присъстват четири „параметъра“, по които се разкрива негативната емоционална вихрушка у Джек – той е **уплашен** като дете; коленете му се подкосяват от **ярост**; **злобни** мисли; **депресия**. „Пъстротата“ на негативните преживявания е показателна за интензитета и мащаба въобще в този момент на отрицателните чувства, обзели Джек. Уплахата следва нормалпсихологичната реакция на страх в подобни случаи, съдържаща много далечно от очакваното по принцип развитие. Яростта е израз на накърненото самоуважение и личната ценност, и е особено голяма в такива ситуации, в които не е имало, както в конкретния епизод, възможност за моментен отговор на отсрещните думи или

действия. Злобата е една „удобна“ форма на яростта. Депресията е толкова голяма, колкото голяма е потискащата сила на отсрещните думи или действия, а в случая последните се оказват крайно потискащи и угнетяващи. И какво прави Джек в този момент, в който, от една страна, болезността поради случилото се е огромна, а от друга – не по-малко огромни са несъгласията със споменатото от Фриц и неприятния факт, че не е имало възможност за моментно противопоставяне на фрустриращия субект? Той псевдоприема думите на Фриц и отрища сълзите, и се облекчава.

Първо: явно, че е налице значителен спад на негативните преживявания щом като Джек заплаква. В началото тези преживявания са толкова големи, че дори потискат възможността за едно такова разтоварване на емоционалния товар. Сълзите са сигнал за спад в това отношение. Второ: логичен въпрос би бил това дали облекчаването не идва и във връзка със отрищените сълзи? Не че не е възможно, но дори и да се приеме, че съответното облекчаване, т.е. спадът на отрицателните емоции става в някакъв процент и поради самите сълзи, то за последните все пак остава, че тяхната поява вече не може да не бъде следствие от едно преди тях разтоварване, което в случая може да е дошло само и единствено поради псевдоприемането.

Въпреки сълзите, Ъпдайк отбелязва, че Джек „не може да плаче“. Това явно трябва да се разбира като невъзможност тази реакция – на плача – да продължи поне толкова, колкото би могло да бъде нужно. Сълзите са отрищени и потичат, и тогава, когато могат да бъдат наречени вече плач, престават или поне оставят няколко мокри бразди по бузите на Джек. Плач така и не се получава, защото Джек е „пресъхнал“, тъй като „срамът и провалът са заседнали у него тежки, но безплодни“. Тези последни думи от епизода поставят един много съществен въпрос – за ефективността на псевдоприемането.

Ефективността му е в голяма зависимост от личните особености на човека, от степента на стресогенност на травмиращата ситуация или думите и в много голяма зависимост също така от процента не/осъзнатост на цялата реакция на псевдоприемане от страна на личността. Тук конкретно псевдоприемането изчерпва възможностите си с предоставяне възможността на Джек да намали в определена степен отрицателните си преживявания и да изведе в някаква част душевния си апарат от крайно неблагоприятното състояние, в което е от начало. Срамът остава, защото за редуцирането му какво може да помогне псевдоприемането? Дори да се осъществи и реално приемане на отсрещната позиция, редуцирането на срама няма пряка изводимост от предното. Ако ни разкрият, че сме неспособни за нещо, за което сме смятали, че сме били способни и тази неспособност е крайно унижителна за нас, дори и да приемем факта, срамът от това осъзнаване би си останал.

Въпросът за провала е същият както за срама. Дори и да приемем, че сме се провалили, това отменя ли провала? Каквото е могло да свърши в този случай псевдоприемането, то го е свършило.

Този пример не изчерпва проявленията, възможностите и действията на псевдоприемането, като за последващи изследователски задачи е редно да бъдат поставени такива, които да открият още примери от художествения и/или действителния свят, и да се създаде методика, която да отчете на емпирично ниво възможни показатели, по които да се разкрият евентуални реални индикатори за съществуването на псевдоприемането.

Заклучение

Не е редно да се приема схващането, че всичко, от което се нуждае настоящето изследване като строго научен подход и като утвърждаващо нова и неразглеждана гледна точка, е намерило своето място в по-горните редове; още повече когато става въпрос за териториите на психологията, относителността, неяснотите и въпросите винаги са повече от сигурното, ясното и отговорите. Това изследване, всъщност, е само една първа крачка – голяма или малка – но все пак първа в опита да се достигне психологичната истина за псевдоприемането и затова, единственото, за което може да послужи, е да бъде като отправна точка на нови проучвания.

Целта и задачите се отличаваха както с претенциозност, така и с очакваното от гледна точка на необходимост. Във връзка с едно – все още твърде внимателно – встъпване в новооткритата територия и с едно по-широко психологично тълкувание, би могло да се приеме, че целта и задачите бяха изпълнени. Както не съществува и един-единствен защитен механизъм, за съществуването и природата на който психолози от различни направления и насочени към различни парадигми да постигат единодушие, така и псевдоприемането би могло да има и своите отхвърлящи го критики, и своите потвърждаващи го такива. Това само по себе си няма никакво значение; значение има единствено повдигнатият въпрос за псевдоприемането и това последващи дискусии и проучвания да хвърлят някаква светлина върху същия този въпрос. Изработването на една методика, която да провери евентуалните прояви на псевдоприемането, изглежда като насъщна необходимост, реализирането на която би дало нови или би разширило и задълбочило отворените пътеки от това теоретично проучване.

Литература

- Adler, A. (1998). *Smisalat na života* [The meaning of life]. Sofiâ: IK "Zdrave i šastie".
- Aleksiev, A. (2010). *Sinkretična psihoterapiâ i psihoprofilaktika* [Syncretic psychotherapy and psychoprophilactic]. Blagoevgrad: UI "Neofit Rilski".
- Aronson, E. (2009). *Čovekat – Socialno životno* [Social animal]. Sofiâ: "Damân Âkov".
- Blûm, G. (1996). *Psihoanalitičeskie teorii ličnosti* [Psychoanalytic theories of personality]. Retrieved from <http://psylib.org.ua/books/blumg01/index.htm>
- Brener, C. (1999). *Uvod v psihoanalizata* [Introduction to psychoanalysis]. Sofiâ: Planeta 3.
- Dzhonev, S. (1996). *Socialna Psihologiâ: Tom 3. Malki grupi* [Social Psychology: Vol. 3. Small groups]. Sofiâ: Sofi-R.
- Freud, A. (2000). *Egogo i zašitnite mehanizmi* [Ego and defense mechanisms]. Sofiâ: Lik.
- Freud, Z. (1997). *Uvod v psihoanalizata* [Introduction to psychoanalysis]. Sofiâ: Evraziâ.
- From, E. (2001). *Bâgstvo ot svobodata* [Escape from liberty]. Sofiâ: "Zahari Stoânov".
- Ivanov, P. (2007). *Priložna socialna psihologiâ* [Applied social psychology]. Ruse, Bulgaria: IK "Ahat".
- Korsini, J. R. (Ed.). (1998). *Enciklopediâ po psihologiâ* [Encyclopedia of psychology]. Sofiâ: Nauka i izkustvo.
- Laplanche, J., & Pontalis, J.-B. (1996). *Slovar' po psihoanalizu* [Dictionary of psychoanalysis]. Moscow: Vysšaâ škola.

- Madolev, V. (2006). *Zašitni mehanizmi i kognitivni procesi* [Defense mechanisms and cognitive processes]. Blagoevgrad: UI "Neofit Rilski".
- Nalchadzhian, A. (1988). *Sociaľno-psihičeskaâ adaptaciâ ličnosti (formy, mehanizmy i strategii)* [Social-psychological adaptation of personality (forms, mechanisms and strategies)]. Erevan: AN Armânskoj SSR.
- Nikolova, V. (2006). *Matricata na nesaznavanoto* [Matrice of unconsciousness]. Sofiâ: IK "Petko Venedikov".
- Ratner, J. (2005). *Psihoanaliza. Klasicite* [Psychoanalysis. Classics]. Sofiâ: Kibea.
- Rudinesko, E., & Plon, M. (2000). *Rečnik po psihoanaliza* [Dictionary in psychoanalysis]. Sofiâ: Lik.
- Schultz, D. (2004). *Psihologiâ na rasteža. Modeli na zdravata ličnost* [Psychology of growing up. Models of healthy personality]. Sofiâ: Nauka i izkustvo.
- Schultz, D., & Schultz, S. (2006). *Istoriâ na modernata psihologiâ* [History of modern psychology]. Sofiâ: Nauka i izkustvo.
- Tart, C. (1997). *Probuženie: Preodolenie prepâtstvij k realizacii vozmožnostej čeloveka* [Waking up: Overcoming of obstacles to realization of human possibilities]. Moscow: Izdatelstvo Transpersonalnogo Instituta.
- Updike, J. (1967). *Zaeko, bâgaj* [Rabbit, run]. Sofiâ: Izdatelstvo na nacionalniâ savet na Otečestveniâ front.
- Vasserman, L. I., Eryšev, O. F., Klubova, E. B., Petrova, N. N., Bepalko, I. G., Berebin, M. A., ... Osadčij, I. M. (2005). *Psihologičeskaâ diagnostika indeksa žiznennogo stilâ (posobie dlâ psihologov i vračej)* [Psychological diagnostic of index of life style (textbook for psychologists and physicians)]. Retrieved from http://z203712.infobox.ru/content/42/2005_dilifestyle.pdf
- Žurbin, V. I. (1990). Ponâtie psihologičeskoj zašity v koncepciâh Z. Frejda i K. Rodžersa [The term of psychological defense in Z. Freud's and K. Rogers' concepts]. *Voprosy Psihologii*, 4, 14-22.

About the Author

Svetoslav Borisov Karabelyov is a Bachelor of Psychology, graduated from South-West University "Neofit Rilski". He is studying for Master's degree in Clinical and Counseling psychology in Sofia University "St. Kliment Ohridski". He is interested in psychoanalysis and how the understanding of unconscious mind can bring the people to the total realization of their Self and lay the foundation of the Self-consciousness.