

DIGITÁLNÍ UČEBNÍ MATERIÁL

Číslo projektu	CZ.1.07/1.5.00/34.0969
Název školy	Gymnázium Česká a Olympijských nadějí, České Budějovice, Česká 64
Název materiálu	VY_32_INOVACE_ZV_1_5E_SEK_18_EGO_OBRANNÉ_MECHANI SMY_III:_POPŘENÍ_SKUTEČNOSTI_POTLAČENÍ_PŘEMÍSTĚNÍ
Autor	Mgr. Vlastimil Sekyrka
Tematický okruh	Základy společenských věd – Psychohygiena
Ročník	1. a KVINTA
Datum tvorby	3. 1. 2014
Anotace	Učební materiál pokračuje výkladem dalších vybraných obranných mechanismů ega. Pozornost je věnována popření skutečnosti, potlačení a přemístění. Všechny obranné mechanismy jsou doplněny o praktické příklady.
Metodický pokyn	Např.: prezentace je určena jako výklad do hodiny i jako materiál k samostudiu Možnosti využití: promítání, práce jednotlivců nebo dvojic u PC, vtištění, pracovního listu.

Pokud není uvedeno jinak, použitý materiál je z vlastních zdrojů autora



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

EGO-OBRANNÉ
MECHANISMY III:

Popření skutečnosti

Co je popření skutečnosti?

- zavírání oči před skutečností
- odmítnutí vzít něco na vědomí
- přijímání jen neohrožujících informací
- možné patologické dopady
- nechování se dle skutečnosti,
rozchází se představy a chování

Co je popření skutečnosti?

- může mít adaptivní funkci
- setkání tváří v tvář by bylo destruktivní (poranění páteře-uvědomění si závažnosti svého stavu)
- naděje: pobídka ke snaze
- vojáci v zajetí (popření smrti jim pomohlo přežít)

PŘÍKLADY:

- *Př.1: Vážně nemocný člověk popírá svou chorobu, chová se, jako by byl zdravý, bez omezení, která z nemoci vyplývají.*
- *Př.2: Pracovník, který je při povyšování stále opomíjen, nechce uznat, že to je pro jeho neschopnost, ale věří, že je obětí diskriminace.*
- *Př.3: Manželka přehlíží veškeré stopy dokládající manželovu nevěru.*

Potlačení

Co je potlačení?

- represe
- vyloučení z vědomí něčeho, co zabrání pocitům úzkosti a viny
- represivní styl
- vytěsnění do nevědomí, (bolestné vzpomínky a podněty)

Co je potlačení?

- potlačené obsahy vedou svůj vlastní život v oblasti nevědomí
- napadají nás mnohem častěji (**efekt odrazu**)
- sledování, zda se nevracejí (výdej energie)
- aktivace organismu (viz studie vdov po sebevraždách, které o sebevraždě svých mužů nikomu neřekly)

Jak se mu vyhnout?

- vhodné svěřit svá traumata
- nebo vést si deník
- snížení traumatu (zlepšení zdrav.stavu)
- následky: neurotismus, srdeční choroby, rychlejší průběh rakoviny, snížená odolnost vůči nemocem

PŘÍKLADY:

- *Př.1: Jedinec zapomene odeslat nepříjemnou zprávu či předat nepříjemnou informaci nebo někoho navštívit.*
- *Př.2: Potlačování traumatizujících vzpomínek, kdy mi někdo ublížil.*

Přemístění

Co to je přemístění?

- přenášení nepříjemné emoce na osobu či věc, které nejsou příčinou vzniku této negativní emoce
- odklon od původního objektu
- hledání „obětního beránka“
- nalezení „hromosvodu“
- snížení napětí

PŘÍKLADY:

- *Př.1: Otec dostane v práci vynadáno a svůj vztek a agresi obrátí proti manželce, dětem, domácím zvířatům.*
- *Př.2: Nadřízený vynadá svému podřízenému, ten vynadá zas svému podřízenému.*

Zdroje:



- ATKINSON, Rita, L.a kol. Psychologie. 2. vyd. Praha: Portál, s. r. o., 2003. ISBN 80-7178-640-3
- ČÁP, Jan, MAREŠ, Jiří. Psychologie pro učitele. 1. vyd. Praha: Portál, s. r. o., 2001. ISBN 80-7178-463-X
- DOLEŽALOVÁ, Ladislava, VLKOVÁ, Marie. Občanský a společenskovední základ. 1. vyd. Kralice na Hané: Computer Media, s. r. o., 2010. ISBN 978-80-7402-060-5
- FÜRST, Maria. psychologie. Olomouc: Votobia, 1997. ISBN 80-7198-199-0
- KOL.AUTORŮ: Občanský a společenskovední základ. 1. vyd. Brno: Computer Press, a. s., 2009. ISBN 978-80-251-2631-8
- KOL.AUTORŮ: Odmaturuj ze společenských věd. 1. vyd. Brno: Didaktis spol. s. r. o., 2008. ISBN 978-80-7358-122-0
- KOL.AUTORŮ: Společenské vědy pro 1. ročník středních škol. 1. vyd. Brno: Didaktis spol. s. r. o., 2009. ISBN 978-80-7358-144-2
- NAKONEČNÝ, Milan. Encyklopedie obecné psychologie. 1. vyd. Praha: Academia, 1998. ISBN 80-200-0625-7
- VÁGNEROVÁ, Marie. Psychopatologie pro pomáhající profese. 3. vyd. Praha: Portál, s. r. o., 1999. ISBN 80-7178-678-0