

AZ IFJÚKORI VÉDEKEZÉSRL.

1. *A védekező mechanizmusokról.*

Ha a lélektant biológiai alapokon kívánjuk felépíteni és az élettudomány szemléletmódját minél általánosabban törekszünk a lelki jelenségek értelmezésében alkalmazni, akkor nem kerülhetjük el az élők két legfontosabb alpműködésének, a *megszerzésnek* (közeledésnek, bekebelezésnek, egygyólvadásnak) – és az *eltávolításnak* (utálatnak, elfordulásnak, menekülésnek) jelentőséggel teljes műveleteit. A magasabb rétegű lelki műveletek síkján mind a két alaptörekvést úgy foghatjuk fel, mint az önérvényesítésnek s a belőle eredő alkalmazkodásnak és gondolkodásnak fő megnyilvánulásait. Harmadik viselkedési és cselekvési típus gyanánt tekinthetjük a *védekezéseket* is, melyeknek a lelkiéletben elfoglalt nagy helyére és szerepére különösen az angolzász irodalom lett figyelmes az utóbbi évtizedekben, amiben nem csekély része volt *Freud* pszichoanalízisének, illetve a pszichoanalitikai értelmezések megismerésének. Maga az a körülmény, hogy az angolnyelvű irodalomban rendszeresen a „védelmi mechanizmusok” elnevezése alatt találjuk tárgyalva azokat a lelki tevékenységeket, melyeknek rendszerezésére e helyen kísérletet teszünk, mutatja, hogy az egész szemléletmód és kérdéscsfeletvés a pszichoanalitikai irodalomból és gyakorlatból ered. A „lelki mechanizmusok” ugyanis éppen ennek a lélektani értelmezésmódnak a szertárához tartoznak, valamint az az alapvető felfogás is, mely az emberi lelki életet „dinamikusnak” fogja fel, szemben a régi társító vagy elem-lélektannal s más hasonló lélekértelmezésekkel.

Nem szenvedhet kétséget, hogy a védekező mechanizmusok és cselekvések ez előtérbe állítása általában bizonyos

haszonnal járt lélekszemléletünk elmélyítésére. Ugyanezt elmondhatjuk természetesen magára a pszichoanalízisre is, amely, kinövéseitől és pánszexuális filozófiájának eltévelyedéseitől eltekintve, megindította a „dinamikus” lélektani felfogások sorozatát s így is termékenynek bizonyult. A védekezések lélektanát még könnyebb a végső pánszexuális alaptól függetlenül tárgyalni, mint némely más cselekvés- vagy viselkedésterületet; s ez is egyik oka gyanánt tekinthető annak a körülménynek, hogy a védekező mechanizmusok majdnem minden angol-amerikai lélektani rendszerezésben helyet találtak, s különösen a gyermek- és ifjúkor számos lelki jelenségének magyarázatában hasznos szolgálatot tehettek. Nevelési és lélekgyógyítási értékük és rendkívüli fontosságuk is első pillanatra kitűnik, ha csak futólagosan is áttekintjük és elsoroljuk őket: „önigazolás”, „kompenzáció”, „szublimáció”, „elfojtás”, „kivetítés”, „azonosítás”, regresszió”, „szimbólumalkotás”, „átvitel”, „álarcok”, „figyelemeltérítés”, „elhalasztás”, „menekülés” stb. stb. Ezeknek a többé-kevésbé önálló kis „mechanizmusoknak” rendkívül fontos szerep jut a lelkiélet egészében s annak sorsszerű kialakításában. Ha megrögződnek, szokásokká alakulnak és gyakorivá válnak, akkor már messze elsodorják egyéniségünket a normális és kiegyensúlyozott életmenettől és életiránytól és a „neurózisok” felé hurcolják a „védekező” személyt.

Az itt következő sorokban nem törekedhetünk a védekezések egész lélektanának terjedelmes kifejtésére; e sorok célja csupán az, hogy bizonyos *rendszerbe foglaljuk* az ide tartozó fő lelki mechanizmusokat s róluk egységes képet adjunk. Ez annál inkább látszik indokoltnak, mivel a legtöbb idetartozó szerzőnél megtaláljuk ugyan a védekezések főbb és jellegzetesebb típusait, azonban vagy nem látjuk őket egységes szempont szerint rendszerezve, vagy pedig sokszor hiányos elsorolásban egyszerűen egymás mellé helyezve, a nélkül, hogy biztosságérzetünk volna a teljesség, a minden oldalú kimerítő tárgyalás felől. Hogy példát is hozzunk fel, megemlíthetjük az egyébként igen alapos és gondos *Dashiell*-t aki a kérdést a cselekvések elemzésénél tárgyalja, azon vágyakat véve figyelembe, melyek igazi, adekvát kielégítést nem nyerhettek, hanem

valamiféle „pótló” kielégüléssel zárulnak le; ezen a körön belül is a lelki konfliktusokat tekinti, azokat, melyekben az egyik (erős) vágy áthághatatlan akadályokba ütközik, t. i. a szembenálló tilalomba vagy ellentétes indítékba stb. – és így valamilyen pótló kielégítést keres magának. Ilyenek: a kompenzáció és túlzott kompenzáció (kárpótlás), az öngizolás (racionalizáció) és a szublimáció; e főbb kielégülés-pótlékok mellett felsorol egy sereg mást is, mint mellékes és lehetséges pótló megoldásokat, de nem nyújt sem kielégítő rendszerezést, sem nem említi a *védekezés* alapmechanizmusát, – pedig más rendszerekben vagy leírásokban éppen a védekezésből látjuk levezetve a fel-feltűnő különböző és megoldást kereső cselekvésformákat, A. H. Harlitt² „védekező reakciókról” beszél és inkább „menekülési mechanizmusokat” emleget, nem pedig a szokásos védekező mechanizmusok kifejezésével él.³ Ez a szerző egyike azoknak, akik legmélyebbre hatolnak az emberi és ifjúkori lelkiélet végső rugóinak feltárásában; így a „menekülési mechanizmusok” keletkezését is a *bizonytalanság-érzésre* vezeti vissza, arra, amit a mai neurózisok tana sokszor „szorongásnak” (Angst) nevez, és a szóbanforgó mechanizmusokat így jellemzi: ha a (konfliktus-) helyzet oly bonyolult, hogy a benne leledző egyén nem tudja egyszerűen megoldani és ha az egyénnel oly hatalmas más egyén áll szemben, akivel szemben nem tudja magát megvédeni, akkor vagy elbukik a küzdelemben, vagy *menekülési* mechanizmusokhoz, módszerekhez folyamodik. Ezeket a bizonytalanságérzés idézi fel, *védekezésül*, azaz abból a célból, hogy *biztosítsák* az egyént és úrrá tegyék a helyzeten. Hogy a fiatal kor különösen termékeny talaja ily mechanizmusok kifejlődésének, sőt burjánzásának, annak okát Harlitt a serdülő- és ifjúkor sajátos lelki alkatában találja: ez a kor ugyanis különösen könnyen áldozatul esik a bizonytalanság-érzéseknek, a miatt a távolság miatt, mely nagyratörő vágyait és valós képességeit egymástól elválasztja. Az ide sorolható jellegzetes védekező mechanizmusokat Harlitt a következőkben nevezi meg: *kivetítés, azonosítás, öngizolás, kompenzáció, ábrándozás, átvitel*. – Th. Simon-nak a gyermekkor „kettős életéről” írt munkája⁴ szintén a mélybe hatol és az „*önbiztosítás*” alaptevékenységének a működését látja megnyilvánulni

a gyermek személyiségének kétfelé hasadásában, a „kettős életben” ennek a lelki képnek két típusát írja le. Az egyik a környezet hatása alatt keletkezik, mellyel a gyermek összeütközésbe keveredett; a gyermek *be akarja biztosítani magát* a fenyegető külső hatalmakkal szemben és törekszik saját énjét, vágyait minden erőszak ellenére mégis biztosítani: így áll elő a „szerepjátás” és kettős viselkedés bonyolult és kedvezőtlen állapota. A másik típus a „szabadon választott” kettős viselkedés, melynek végső rugója nem az önbiztosítás, hanem a kalandvágy, a szenzáció, a kísérletezés. Ha e két típust összehasonlítjuk, azonnal szemünkbe ötlük, hogy mind a kettőben megvan a *konfliktusnak* és a *védekezésnek* az eleme, úgyhogy ez a lelki rajz is a mi sajátos tárgykörünkbe tartozónak tekinthető, *Simon* a gyermeki tettetést és kettős szerepjátást jellemzi fő védekezési formaként.

2. Elhárítások az ifjúkorban.

A védekező mechanizmusok szerepe a *gyermekkorban* és *ifjúkorban* azért érdemel külön figyelmet, mert mint más szokások vagy hibás reakciók, más téves életbeállítódások, ezek is a gyermek- és ifjúkorban találják eredetüket; természetesen jól meg kell különböztetnünk a normális védekezéseket a normálistól eltérőktől. A határ azonban ez esetben is hullámzó és határozott pontossággal csak nehezen vonható meg.

A védekező reakciók elméletének kiinduló pontját a *pszichoanalízis* adta s ezért nem kelthet feltűnést, ha leginkább a pszichoanalízisben és a vele rokon irodalomban találjuk kifejtve e viselkedésformák jelentőségét. Mint azonban a fentebbiekből is kiderül, az általános lélektani elmélkedés is átvette a védekezéseknek termékeny szempontját és magyarázó elvét, úgyhogy a gyermekkor és ifjúkor lélektana ma már nem képzelhető el a védekezések tárgyalása nélkül.

Az egész gyermek- és ifjúkor a külső és belső világ „meghódításának” csillagzata alatt áll és ezért állandó „harcnak” a jellegeit viseli. A *regressziós törekvések* öntudatlanul azt a célt követik, hogy a gyermeket visszahelyezzék az ősi rejtettség és védettség állapotába; az anyai méhbe vagy az

anya ölébe. E regressziós tendenciák az egész gyermekkoron áthúzódnak s még az ifjúkorban is jelentkezhetnek. Felnőtt korban patológiai jellegük van.

A szülés megrázkódtatása után első konfliktusokat a gyermek *vágvainak* megtagadása jelenti, a tudatosság kisebb-nagyobb fokán. A védekezés ekkor főképpen a zsarnokoskodó *sírás* és a *kompenzáció* alakját ölti, majd később a *dac* és *hazugság* válnak védekező eszközökké. A hazugság lélektani eredetét újabb vizsgálatok nem csupán a félelemben találják, mint annak gyermekkori legfőbb forrásában és indítékában, hanem megmutatták azt is, hogy ez a védekező reakció a másokat *féltő óvatosságból* is származhatik, azaz abból az ösztönzésből, hogy a felnőtteket a gyermek megóvni törekszik valamely csalódástól vagy kellemetlen helyzetből.⁵ A hazugság keletkezésének lélektani elmélete így egy új szemponttal bővült.

Ezeken felül megemlíthetjük még a következő védekezéseket: féltékenységből, irigységből eredők; önigazolások, más gyermekek megtámadása („harcis ösztön”), mások ócsárlása, gúnyolása, árulkodás, betegségbe és lelki bajokba (hisztéria, csekélyebb értékűség stb.) való menekülések, durcásság, sőt előfordulhat a képzeletbe való menekülés is, bár ez az ifjúkornak tipikus védekezési eljárása szokott lenni.

A játék e körbe tartozó formáit *Groves*⁶ a következőkben sorolja el: *a)* a játék, mint kellemetlen következmények kikerülésének az eszköze; *b)* a játék, mint bosszúállás és elégtétel; *c)* a játék, mint kárpótlás; *d)* a játék, mint a képzelet foglalkoztatása és menekülés a valós élet bajai elől.

Még fejlettebbé és erősebbé válnak a lelki összeütközések a *dac* állapotában, később pedig az erkölcsi törvényekkel való összeütközésekben (lopás, hazugság, engedetlenség, illetlen és feleselő beszédek, viselkedések, iskolai feladatok stb.)

A *serdülő- és ifjúkor* védekező reakciók tekintetében részint megegyezik a gyermekkorral (és annak „hibáival”), részint azonban tipikus eltéréseket is mutat. Ha a serdüléskort „második dackorszaknak” nevezhetjük el, vagy, ami talán sokkal helyesebb, az „eredetieskedés és lázadás” korának,⁷ akkor érthető, hogy e korszaknak *tipikus védekezéseit* is az eredetieske-

dés és lázadás viselkedéseivel kapcsolatos jelenségekben kell keresnünk. Ily jellegzetesség elsősorban az, hogy az ifjú lélek sokkal *nagyobb mértékben* él a védekező reakciókkal, mint egy nyugodtabb életszakaszban; a túlzott használat általában meg-egyezik a serdülőkor túlzásaival és válságos jellegével. Így szívesen visszaél a serdülő az „önigazolás” különböző módsze-reivel, – oly módszerekkel és eljárásokkal, amelyek önáltatás-sal vannak egybekötve és a túlzott önérvényesítést vagy hiúsá-got vannak hivatva szolgálni. Tipikus fiataalkori védekezés továbbá az „azonosítás” művelete is, az az eljárás, hogy kép-zeletben és beleéléssel eggyéolvadnak egy-egy megcsodált sze-mélyiséggel (pl. a fiatal leány minél inkább azonossá kíván lenni a mozisztárral); ez a rajongásnak jellegzetes serdüléskori tünetével is összefügg. E viselkedésnek védekezési jellege azon-ban csak akkor van, ha egyúttal egy szebb és jobb világba, a képzelet világába való menekülés bélyegét hordja magán. Az eszményképekhez való hasonulás lélektana is rokon jelensége-ket mutat fel. E *menekülési* bélyeg mutatkozik meg az *ábrán-dozásban* és a *regressziókban* is, vagyis a felnőttek komoly élet-formái elől való visszahúzódbásban is, amely nem egyéb, mint az eredeti védett és rejtett gyermeki vagy anyaméhi állapotba való visszakíváncozás. Tipikus serdülés- és ifjúkori védekezési eljárások a *bizonytalanságérzésekből* és *ceskélyebb értékűségi érzésből fakadó kárpótlások is*, melyek vagy az iskolai fogyat-kozásokat akarják jóvátenni a sport terén, vagy megfordítva; vagy testi fogyatkozást törekszenek kiegyenlíteni lelki kitűnő-séggel, vagy lelki, szellemi hátramaradást helyreütni vala-milyen sikerrel stb. E lelki mechanizmusokat szintén védekezé-sek gyanánt kell felfognunk s legújabban *Claparède*⁸ foglalta össze a ceskélyértékűségnek gyermek- és ifjúkori formáit és azok törvényszerűségeit. Az *ábrándozás* jelenségéről szintén megemlékeztünk már, mint jellemző serdülés- és ifjúkori jelen-ségről, továbbá, mint egyik legelterjedtebb „menekülési” for-máról, melynek nagy értékességét nem vonhatjuk kétségbe akkor sem, ha elismerjük a költő intelmeinek igazságát is, mely óva int az ábrándozástól, mint az „élet megrontójától”. Az „ábrándozás” ugyanis nemcsak a lelki romlásnak, hanem nagy értékeknek sugalmazója is lehet ifjúkori költészet és általában

mint életpótló, eszményalkotó s vigasztaló hatalom nagy hasznunkra van az élet prózaisága ellen vívott harcainkban.

3. A reakciók általános alapjáról.

Teljesebb áttekintést a védekező és kiegyenlítődést kereső cselekvések és magatartások rajzában három elméletírónak köszönünk, ezek: *Schjelderup*, *Woodworth* és *Moore*.

*Schjelderup*⁹ a legszélesebb tekintettel fogja össze mindazokat a cselekvéslélektani kérdéseket, amelyek „az el nem intézett” vágyak, törekvések, ösztönzések stb. világában előfordulhatnak. Helyes tapintattal észrevette, hogy hol van az a pont a cselekvések lefolyásában, melyhez a védekező és egyéb reakciók kapcsolódni szoktak: ez a törekvések, szükségletek, vágyak stb. *kielégítésének* a mozzanata. A szükségletek és vágyak helyes vagy helytelen, megfelelő (adekvát) vagy meg nem felelő (inadekvát) kielégítése, elfojtása, a cselekvés félbeszakítása (*Lewin*) vagy elhalasztása, pótlások keresése és minden más, a megkezdettnek befejezését sürgető és követelő lelki mozgás éppen ezen a ponton válik kritikussá. Vágy, törekvés és kielégülés – e két mozzanatnak érintkezési pontját, egymáshoz való viszonyát kell vizsgálódásunk központjába állítanunk, ha az emberi cselekvések számtalan változatát, különösen az anomális és abnormis jelenségeket rendszeresen át akarjuk tekinteni. Ugyanez a kiindulópont egyszersmind magában rejti azt a másik fontos észrevételt is, hogy az emberi cselekvések dinamikájában a *lelki konfliktus* döntő fontosságú az értelmező számára. Ha vágyaink kielégülnek a maguk természetes és megfelelő módján, úgyhogy sem etikai okok miatt nem kell elfojtani őket, sem elhalasztani, félbeszakítani, vagy pótolni stb., sem pedig külső körülmények nem gátolják szabad és szabályos kielégülésünket, akkor nincs sem lelki konfliktus, sem pedig nem kerül sor pótló vagy védekező és egyéb eljárásokra és folyamatokra. Mihelyt azonban a vágy nem követheti a természetében rejlő utat és sem természetes, sem (magasabb fokon: természetellenes, de adekvát) kielégülést nem nyerhet, akkor mindig előáll valamely kisebb-nagyobb lelki konfliktus az indítékok, vágyak, törekvések között, mely személyiségünket

két részre szakítja. A rendes és rendkívüli kielégítések kérdése tehát szorosan hozzákapcsolódik a lelki konfliktus kérdéséhez. Mind a két fentebbi szempont figyelembevételével *Schjelderup* a következő lehetőségekben sorolja elő az „el nem intézett” vágyak és törekvések további sorsát: 1. hibás reakciók, álmok és „ideges” tünetek; 2. védekező reakciók és kivetítések; 3. szublimációk. Mindegyiket jellemzi, hogy a lelkiélet tudatos és szándékos irányítását megelőzik vagy kikerülik és csak utólagosan, eredményeikben tudatosulnak; sajátos vonásuk továbbá, hogy nem maradék nélkül és a maguk igazi mivoltában mutatják az el nem intézett és teljesülésében megakadályozott vágyakat, hanem csak részlegesen törnek felszínre és különböző álorcák (maszkok) leple alatt. A rendszeren el nem intéződhető lelki erők játékát tehát *a lelki konfliktus és az őket akadályozó ellenkező erők* és az darc-képződések határozzák meg leglényegesebben. A fentebbi három csoport mellett s őket keresztezve kapjuk ennél fogva a következő részletesebb felosztást: 1. *álcázó mechanizmusok*: kihagyások, átvitelek, szimbólumalkotások, sűrítések és önigazolások; 2. *az elfojtott vágyak s más lelki mozzanatok visszatérése*: téves reakciók, „ideges” tünetek, álmok; ide tartoznak *Sch.* szerint a védekező reakciók is, továbbá a szublimációk.

*Woodworth*¹⁰ szintén a lelki konfliktusból indul ki és azt kérdezi: mi történik az elvetett indítékokkal? – amiben szemmel láthatóan ugyanazt az álláspontot foglalja el kérdésünkben, mint az előző lélekkutatók. Ha egy vágy nem teljesülhet s azt, mint „cselekvési indítékot” valamely ellenkező indíték miatt elfojtottuk, vagy elvetettük, akkor sorsa a következőkben képzelhető el: 1. Az indítékok harcában az *én* határozott és az ellenkezőt választotta; az elvetett indíték ennek következtében „*inaktív állapotba*” süllyed és lassacskán feledésbe merül. 2. Mélyen gyökerező vágyainkat és indítékainkat azonban nem oly könnyű egyszerűen a feledés homályába meríteni s tőlük egyszerűen megszabadulni; sokszor csak *elhalasztjuk* teljesedését; a halasztás hosszabb-rövidebb időre terjedhet. *a)* Néha az elhalasztott vágy *álarcban* jelenik meg s így kivívja magának a teljesülést, *b)* A másik eset az elhalasztott vágy *szublimációja*, *c)* a harmadikat a különféle *védekezések*

mechanizmusai alkotják. 3. Az elhalasztáson kívül fontos eset a vágy *elfojtása* is (pszichoanalitikai értelemben), vagyis száműzése a tudattalan lelki világba; ennek következményeit az álmokban és a normális életet zavaró idegességekben szemlélhetjük, továbbá az „oktalan” félelmekben. „Az elfojtás a megoldatlan konfliktusokból nő ki”, – mondja *Woodworth*, jelezve a számtalan cselekvés-módozatnak kiinduló pontját.

A védekezésnek az egész lelki étellel, de különösen az akarással összefüggő pszichológiai alakjait *Claparède*¹¹ is na gyón fontosnak tartja és saját alapelvei szerint értelmezi őket. Kiindulásnak a „funkcionális lélektan” szempontját választja, vagyis azt a felfogást, hogy valamely tevékenység vagy cselekvés csak úgy érthető meg, ha mindig az egész személlyel vagy szervezettel összefüggésben fogjuk fel, vagyis ha azt keressük, mi a *szerepe* (funkciója) az illető tevékenységnek az *egész* személy vagy szervezet életének fenntartásában vagy egyéb céljainak elérésében. Claparède egész lélektanát és gondolkodását annyira áthatotta a „funkcionális” értelmezésnek a biológiából és a szervezetek célszerű működésének szemléletéből eredő gondolata, hogy természetszerűen kiterjedt az az, önvédelem és öngazolás jelenségeire is, melyekre különben őt is különösen az amerikai *Jones* kérdésfeltevései figyelmeztették (*Rationalisation in everyday life*, 1908). Mikor azonban az öngazolás jelenségeit vizsgálat tárgyává tette, nem mellőzhette az „érzelmi logika” általánosabb jelenségkörét sem, melyekről előtte a francia lélektan legkiválóbb képviselője, *Th. Ribot* is már kifejtette nézeteit (*Logique des sentiments*). *Ribot* óta úgy állt az érzelmi logikai gondolkodás a lélekbúvárok előtt, mint amelynek logikai bizonyítási alakja van ugyan, de valójában kikerüli és kijátssza a valódi bizonyítást. Claparède tovább elemzi az érzelmi-logikai lelki folyamatokat és többféle kategóriájukat különbözteti meg: vannak oly affektív gondolataink, melyek a valóság és igazság meggyőződésével járnak együtt; ide tartozik a szoros értelemben vett „affektív logika”, és az autista gondolkodás; – a második csoportba tartoznak az igazság és valóság meggyőződésének vágya nélküliek, mint pl. a költészet alkotásai. Az érzelmi logika, vagyis valamennyi között a legfonto-

sabb fajtája a szóban forgó lelki jelenségeknek mindig abban áll, hogy ítéletünket valamely *előzetesen* készen álló értékítéletünkhöz idomítjuk. Az *igazolás* művelete mindig valamely megingott hiedelem helyreállítására irányul és célja a meggyőzés. A meggyőzés, ha más embertársunk véleményét veszi munkába, akkor is sokszor használhatja az érzelmi logikát, melynél az előre bizonyosnak érzett értékítéletből kiindulva keressük a meggyőző érveket. Az öngigazolás pedig azt a lélektanilag szinte megmagyarázhatatlan törekvést tartalmazza, hogy önmagunkat igyekszünk meggyőzni vagy igazolni *önmagunk* előtt, még pedig sokszor annak világos tudatával, hogy – nincs igazunk. (Emellett a törekvés mellett jól érthetőnek tűnik fel azok a *másokkal* szemben történő „öngigazolásaink”, melyekbe a helytelenség és igaztalanság tudata határozottan belejátszik.) Az öngigazolásnak e bonyolult művelete többféleképpen mehet végbe; az egyik alakja a kibúvók keresése (evasion), mikor pl. a dohányzás orvosi tilalmát azzal játsszuk ki önmagunk előtt, hogy „egy cigarettával több vagy kevesebb nem számít”, jól tudva, hogy ezt az érvet csak saját gyengeségünk palástolására hoztuk fel, még pedig „rossz lelkiismerettel”; hasonlók ehhez a különféle ürügyek és álokok, melyek szerepe szintén ily jellegű. Az öngigazolások második csoportját a vigasztaló jellegű hamis okoskodások alkotják (autoconsolation), a harmadikat pedig az önmagunk tisztázásai, mentegetései (autopurification). Az öngigazolásoknak és önvédelemnek az önszeretetből fakadó számos alakját Claparède funkcionális elmélettel értelmezi. Miért törekszünk magunkat meggyőzni? Miért használjuk saját magunk félrevezetésére a logikai bizonyítás formáit? Hathatósan bizonyulnak-e logikai okoskodásaink saját magunkkal szemben? S ha nem, miért folyomunk hozzájuk? Ezek a kérdések, mint látjuk, mind az önmagunk védelmére irányuló tevékenységünkre vonatkoznak, s megoldásuk abban az elméletben gyökerezik, melyet Claparède az akarási folyamat megvilágítása használt, ez az *alsóbbrendű* és *felsőbbrendű én* elmélete. Két *énünk* van ugyanis e feltevés szerint s ezek közül az alacsonyabbrendű arra törekszik, hogy saját érdekeinek és vágyainak megnyerje a felsőbbrendű ént. Szírhangjait a logikának, vagyis a felsőbbrendű ének saját

toe stílusába öltözteti; de minden hiábavaló, mert ez utóbbi nem esik áldozatul az alacsonyabbrendű sugalmazásoknak, nem „hiszi el”, vagy nem hiszi teljesen a felhozott okoskodás érveinek igazságát. Az önigazolási folyamat tehát valamely lelki konfliktus következménye; ugyanaz a helyzet áll be a lélekben, mint amely az akarati döntést megelőzi (t. i. a fontolgatás, a *deliberatio*), mikor két ellentétes vágyról vagy törekvésről van szó; a döntés azonban nem az akaraté, hanem az alsóbbrendű éné. Az önigazolást az önvédelem paradoxiójának lehetne nevezni. Claparède ennek a sajátos, paradox állapotnak igazi magyarázatát nem tudja másban találni, mint a *sajátos magatartásban*: mikor önmagunkat – öncsalással – igazoljuk, voltaképpen játszunk, megjátsszuk a hívő és meggyőzött embert; pontosabban, átmeneti állapotban vagyunk a játék és a valós viselkedés között.

Moore,¹² hogy teljesen áttekinthesse és rendszerbe foglalhassa az emberi cselekvések összes megjelenési formáit, bevezeti a *psychotaxis* és *parataxis* fogalmát. Mind a kettő elménknek és személyiségünknek azt az alaptörekvését jelenti, melynél fogva alkalmazkodik mind a tetsző, mind pedig a nem-tetsző helyzetekhez. A normális helyzetekben való viselkedésünk és a hozzájuk való alkalmazkodásunk a pozitív, illetve negatív pszichotaxis: kedvező, tetsző, élvezetes helyzeteket megtartani, kihasználni, – a kellemetleneket pedig kerülni és eltávolítani: ez a két magatartás az emberi viselkedéseknek legegységesebb formái közé tartozik; de nem a tudat és szándékos célkitűzések síkján helyezkednek el e magatartásunk igazi alapjai, hanem a tudattalanban; viszont eredményeik és mozgásaik sokszor áttörnek a tudatost és tudattalant elválasztó széles és homályos övezetet és átnyúlnak a világos eszmélés birodalmába. A pszichotaxis néven összefoglalt külső-, belső viselkedésformák osztályai a következők: 1. A pozitív pszichotaxisokat *Moore* „*állandó ösztönzéseknek*” nevezi; ezeknek száma igen nagy és minden lelki műveletünkkel együtt járhatnak: már maga az, hogy látunk, hallunk, gondolkozunk, cselekszünk, életörömmel tölt el bennünket. 2. A negatív pszichotaxisok több csoportra oszlanak: a) az elsőbe tartozóknál a *kellemetlen* helyzet nem mutat semmiféle megoldási lehetőséget, vagy legalább is nem

megfelelőt (adekvátat): ezek a *hangulatsüllyedés* és a *szorongás* (félelmek). Hogy bizonyos helyzetek bennünk ilyen lelkiállapotokat idéznek fel, az természetes, de viszont ezek a lelkiállapotok még nem jelentik a helyzetből való felszabadulásnak semilyen útját sem. *b)* Bizonyos más kellemetlen helyzetek mutatnak ugyan megoldási lehetőséget, ez azonban *nem megfelelő*. Itt három utat talál az emberi személy, melyek azonban a kedvezőtlen helyzetből való kibontakozásnak ferde és bonyolult módszerei. Első helyen említendők a *védekező reakciók*, a világtól való elzárkózások és különféle negativizmusok és a *meiyekülések*. A másik kivezető úton járva, nem csupán negativisztikus vagy elhárító cselekvéseket hajt végre az ember, hanem valamely *pozitív* sikert és életörömet is keres. Ide tartoznak a *kompenzációk*, az *érzések átvitelei* más személyekre, a *szereket-igénylések* és keresések s végül a *szublimációk*. Harmadszor: megoldást kereshetünk úgy is, hogy a kellemetlen, vagy kínos helyzetet előidéző vágyunkat erőszakosan *elfojtjuk*. Az elfojtás ismert tényével kapcsolatban azonban *Moore* figyelemreméltó észrevételt tesz. Ez azt mondja ki, hogy az elfojtás néven ismert eljárás és konfliktus-megoldás nem sorozható teljesen az előbb érintett pszichotaxisok közé, mert alapjellege más és e miatt nagyban eltér a többi hasonló probléma-megoldások természetétől. Míg ugyanis a többi említett megoldások inkább „impulzusokon” alapulnak, addig az elfojtás az *akarás* műve, „melyet az értelem belátása és a viselkedéseink elé kitzűzött eszmények irányítanak”.¹³ E szavakkal egy nagyon fontos megkülönböztetést tesz az amerikai szerző és rávilágít arra, hogy a lelki konfliktusok megoldásai lényegükben két csoportra oszthatók: az egyikbe tartoznak azok, melyeknél az igazi akarás dönt (választással) az egymás ellen harcoló indítékok között – míg a másik csoportba az indulatok, érzelmek hozzájárulásával vagy öngazolással történik a döntés akár a felsőbb-, akár az alsóbbrendű én-nek, azaz indítékának javára.

Moore csoportosítása azonban nem csupán a felsorolt módzatok és azok áttekinthető, biztos rendszerezése miatt érdemel különös figyelmet, hanem azért is, mert a „pszichotaxisok” fogalma mellett a „*parataxis*” lélektani fogalmát is bevezeti s ennek mind a *rendellenes*, abnormis viselkedésekkel, mind

pedig a *neurózisokkal* való összefüggéseit is kimutatja. Így válik rendszerezése teljesen kimerítővé és hasznosíthatóvá a lelkiélet egész területén. A parataxisok ebben a rendszerben úgy tűnnek fel, mint a *pszichózisok* alapelemei, míg maguk a parataxisok az „ösztönszerű reakciók” sorába tartoznak. A parataxis jelenségei e rendszerezés értelmében a következők: 1. *depressziók*, 2. *szorongások és félelmek*, 3. *védekező* paraktikus formák: a) ezek első csoportjába tartoznak azok a védekezések, amelyek *belső nehézségekből* erednek; ilyenek: a *felejtés*, az *izgalmi állapotok* rendellenes alakjai és az *önigazolásnak* azok az esetei, mikor a bajok okát illetéktelenül másokban keressük, másokra hárítjuk, b) Egy más nagy csoportja a helytelen és ferde viselkedéseknek *külső okok* lelki következményei gyanánt fogható fel. Ezek: a *negativizmusok*, a szándékos, szándéktalan menekülések a „tehetetlenségbe”, még pedig akár az általános cselekvést, akár egyes képességeket megbénító tehetetlenségbe, a különleges és abnormis védekezési formák. Amint a felsorolásból kitűnik, egyes lelki mechanizmusok mind a két lelki mezőn feltűnnek, azaz mind a pszichotaxisok, mind pedig a parataxisok között. Ennek a látszólagos ismétlődésnek azonban az a magyarázata, hogy a parataktikus cselekvési formák mindnyájan *rendellenesek*, abnormisak, míg a másik csoport cselekvési módjai a normális élet körébe tartoznak.

4. A védekezések köre.

Ha ez áttekintő beszámolás után felvetjük azt a kérdést, vájjon *hol a helyük és mi a jelentőségük az elsorolt cselekvési formák között a védekező mechanizmusoknak*, akkor két álláspont szerint adhatunk választ. Az egyik azt domborítja ki, hogy a védekezéseknek csupán egy szűk körre szorított jelentőségük van, azaz: e mechanizmusokat egynek kell tekintenünk a nem rendes és szabályszerű, azaz a vágyukat stb. adekvát módon kielégítő folyamatok között, a többiek a felosztás és csoportosítás egyenlő értékű tagjainak tekintendők a védekező mechanizmusokkal. E felfogással ellentétben azonban megemlíthetjük azt a másik nézetet is, mely a *védekezés fogalmát kiterjeszti* és sok egyéb pszicho- és parataktikai eljárást is a védekezések

körébe tartozónak ítéel. Nem, mondhatjuk-e pl., hogy a menekülések, a negativizmusok, a kárpótló és szublimáló eljárások szintén védekezések! A védekezés ugyanis különböző alakot ölthet a veszély és a támadás helyzetében: a menekülés, kitérés *passzívabb* formái épúgy ide tartozhatnak, mint az elhárításnak *cselekvőbb* műveletei. Maguk a depressziós állapotok is, a szorongások és félelmek, nem kapcsolódnak-e szorosan egybe a védekezés lelki gépezetével, tekintve, hogy ezeknek a hangulati vagy érzelmi jelenségeknek éppen az a fő szerepük és feladatuk az egységes lelkiéletben, hogy *(előre)* jelezzék a veszélyt, mely személyiségünket fenyegeti? Ez a felfogás, mely a „védekező reakciók” területét erősen megnöveli és kiszélesíti, azzal sem veszíti el jelentőségét, ha kiemeljük egyes, ide sorolandó viselkedéseknek a közvetlen védekezésen túlmenő jellegét. Ilyenek pl. a „kárpótló védekezéseknek” is elnevezhető kompenzációk, melyeknél nyilvánvaló, hogy a (feltételezett) védekezés mellett még más tartalmuk is van, t. i. egy újabb kedvező és kellemes helyzetnek a teremtése. Aki pl. kompenzációs ábrándozásoknak adja át magát, és csalódásaira illúziós álmodozásokban keres orvoslást, nyilvánvalóan kettős célt követ: az egyik a kínos vagy kedvezőtlen lelki állapotból és helyzetből való kibontakozás, a védelem, – a másik az elvesztett jóért egy új kellemes állapot teremtése. E második elem hozzájárul az elsőhöz, a védekezéshez, úgy azonban, hogy annak jelentőségét semmivel sem csökkenti. Hasonlóképpen vélekedhetünk a „menekülésekről” is. Az élet nehézségei elől való kitérés és menekülés lelkiállapota szintén felfogható védekezés gyanánt. A meneküléseknél világosan kidomborodik két lélektani szempontból fontos mozzanat: egyik a védekező magatartás az élet valamely nehézségével szemben, mely nagyobb-nak látszik, mintsem akár legyőzni, akár vele szembeszállni lehetne; az egyedüli lehetőség tehát a beteg számára a kitérés és védekezés; a másik mozzanat a menekülések alapját tevő félelem vagy szorongás. Ha ez utóbbit közelebről megvizsgáljuk, azt látjuk, hogy közvetlenül az önérvényesítésnek arra a formájára vezethető vissza, melyet „gondoskodásnak”, „gondnak” nevez az újabb lélektani irodalom.¹⁴ Sok neurozishoz, különösen a menekülésekhez, a mai embernek éppen ez a túlzó

gondoskodása, önféltése s a belőle fakadó életszorongás teszi az alapját. A gondoskodás és gond tehát, mint az önérvényesítő életösztön egyik konkrét megnyilatkozási formája, valóban oly általános jellegű, hogy a nem megfelelő kielégülések igen nagy részének magyarázatául szolgálhat. De mi más a „gond”, a „gondoskodás” önmagunkról, mint előzetes védekezés? Óvatosság ez, mely a jövőre irányul, ismeretlen és ismert veszélyek ellen és átjárja egész életalakításunkat s annak egységes formát kölcsönöz. Ha azután elfogadjuk *Kretschmer*¹⁵ személyiségi típus-osztályait, és a viselkedésformák két fő csoportját a *szenzitív* és *expanzív* jellegűekben látjuk, akkor könnyen megtalálhatjuk az egyező mozzanatok az általános védekező viselkedések két faja (menekülés, támadás) és a fent említett típusok között. A védekezés tehát oly általános jelentésű magatartásnak fogható fel, hogy szinte minden pszichotaxis és parataxis közös nevezője gyanánt tekinthetjük. Így világítja meg a cselekvés lélektana azokat a legbelsőbb rugókat, melyekre cselekvéseink általában visszavezethetők: minden cselekvésünk valamely szükségletből vagy vágyból ered; ennek a kielégítésére történik mindaz, ami életünk s viselkedéseink nagy változatosságát előidéz. E kielégülések keresése a gond vagy gondoskodás, melyben bizonyos szorongás-elem jelenléte el nem vitatható. Ha a kielégülés megfelel a szükséglet vagy vágy természetének s minden személyiségünkben gyökerező erkölcsi feltételnek, akkor rendes és megfelelő; az ilyen kielégüléseket a pszichotaxisok nevéen foglaljuk össze. Ha azonban ilyen kielégülés nem valósítható meg, akkor a bennünk munkálkodó gond a parataxisok segédeszközébe folyamodik, ezek egyúttal mind védekező reakciók. Túlzásaik és lelki egyensúlyunkat megbontó hatásaik leküzdése vagy helyreigazítása a lélekgyógyítás feladatai közé tartoznak.

A védekező reakciók gyermekkori és ifjúkori szerepének felismerése nagy hasznára van a *neveléslélektani* gondolkodásnak és eljárási módszereinket is alkalmas elmélyíteni. Ha észrevesszük, mily hatalmas és fontos része van védekező magatartásoknak és mechanizmusoknak az emberi életben, akkor a gyermeket és ifjúságot is könnyebben megérthetjük minden napos viselkedéseiben, hibáiban és erényeiben.

JEGYZETEK.

- ¹ *J. Fr. Dashiell*: Fundamentals of Objective Psychology. 1927. 263-266.
² Adolescent Psychology. 1933. 38-42, 68-82 stb.
³ *Schwab and Veeder* szintén ebben a szellemenben adtak címet ifjúkori lélektani munkájuknak: The Adolescent. His Conflicts and Escapes. 1929.
⁴ Das Doppelleben des Kindes. Ein Beitrag zur Psychologie und Pädagogie der kindlichen Heuchelei. É. n.
⁶ *Cousinet*: Le mensonge chez les enfants (*Journal de Psychologie* 1938.)
⁷ Child Psychology. 1935. 392-394
⁷ *Debesse*: La crise d'originalité juvenile. 1936.
⁸ Le sentiment d'infériorité chez l'enfant. 1936.
⁹ Psychologie 1928. 237-256.
¹¹ Psychology. II. kiad. 1937. 317-319.
¹¹ L'autojustification Archives de Psychologie. XX. (1927) 265-298 11.
¹² Dynamic Psychology. 2. kiad. 1926. 183-249.
¹³ *Moore*, i. m. 186.
¹⁴ v.o. *J. Neumann*: Leben ohne Angst. 1941.
¹⁵ Medizinische Psychologie. 1922. 203-222.

Várkonyi Hildebrand.