

OBRAMBNI MEHANIZMI MED MLADIMI OD 15-19 LETA

MATURITETNA SEMINARSKA NALOGA

2011/2012

BOHINJ, APRIL 2012

1.	POVZETEK IN KLJUČNE BESEDE	3
2.	OPREDELITEV PROBLEMA.....	3
3.	TEORETIČNI UVOD.....	3
	Projekcija (lat. <i>Proiicere</i>: vreči ven).....	6
	Identifikacija (lat. <i>Idem</i>: isti, <i>facere</i>: narediti)	6
	Premeščanje (tudi: premik)	7
	Potlačitev (represija, lat. <i>Repressio</i>: zatiranje, tlačenje)	7
	Regres.....	7
	Kompenzacija (lat. <i>Compansare</i>: izravnati, nadomestiti)	7
	Nadkompenzacija	8
	Racionalizacija (lat. <i>rationalis</i>: razum).....	8
	Reakcijska formacija	8
	OVREDNOTENJE OBRAMBNIH MEHANIZMOV	8
4.	CILJI IN HIPOTEZE.....	10
	CILJI - Zanima me:	10
	HIPOTEZE - Moje hipoteze, ki sem jih preveril z vprašalnikom so:	10
5.	METODA	10
6.	REZULTATI in INTERPRETACIJA.....	13
7.	SKLEPI	30
8.	VIRI IN LITERATURA	33

1. POVZETEK IN KLJUČNE BESEDE

Seminarska naloga nam opredeljuje obrambne mehanizme, in nam nudi vpogled v razširjenost uporabe le teh pri mladostnikih od 15 do 20 leta starosti. S pomočjo vprašalnika (zaprtega tipa) o obrambnih mehanizmih sem preverjal 5 hipotez in sicer: mladi se ne zavedajo, da uporabljajo obrambne mehanizme, mladi najpogosteje uporabljajo obrambni mehanizem – racionalizacijo, obrambni mehanizmi se tekom odraščanja spreminjajo mladi obrambni mehanizem - premeščanje najpogosteje izražajo z agresijo, uporaba OM se med spoloma razlikuje predvsem pri premeščanju. Potrdil sem tretjo in zadnjo hipotezo, ostale sem na podlagi dobljenih rezultatov ovrigel. Rezultati seminarske naloge so lahko izkrivljeni zaradi premajhnega in nereprezentativnega vzorca raziskave in rahlo neposrečeno zastavljenega vprašalnika, vendar nam nudijo vpogled v določene mladostniške osebne značilnosti, ki so več kot očitno prisotne pri večini vprašanih.

Ključne besede: **obrambni mehanizem, zavestno, nezavedno, mladostniki, frustracija**

2. OPREDELITEV PROBLEMA

Za seminarsko nalogo o obrambnih mehanizmih sem se odločil, ker se mi tema zdi zanimiva; tako iz vidika staršev in učiteljev, kot tudi iz vidika nas - mladih. Z namenom, da bi bolje spoznal mladostniške obrambne mehanizme, se bom usmeril v populacijo od 15-20 let starosti. Zanima me tudi primerjava med obrambnimi mehanizmi, ki jih uporabljajo dijaki prvih letnikov srednjih šol (15 let) in dijaki višjih letnikov (19-20 let).

Obrambni mehanizmi so v najširšem pomenu določeni nezavedni in avtomatični obrambni procesi, katerih namen je ublažitev ali preprečitev doživljanja anksioznosti. (Marjanovič, Zupančič, 2004)

3. TEORETIČNI UVOD

Po Freudovi teoriji so obrambni mehanizmi del nezavednega področja ega, ki naj bi omogočili ustrezno delovanje osebnosti. Tekom razvoja človeka se pojavljajo vse bolj zapleteni obrambni mehanizmi, čeprav so enostavnejši še vedno prisotni - so le manj opazni, saj delujejo vzporedno s kasneje oblikovanimi. Konstruktivno in nekonstruktivno soočanje s frustracijo ločuje zelo tanka črta, saj lahko aktivno premagovanje ovire zajema konstruktivne reakcije, ki pa se ob neuspehu zlahka spremenijo v čisto nekonstruktivno agresijo. Nekatere frustracije so že na začetku konfliktne, saj ni jasno, ali si želimo doseči cilj, ali odstraniti oviro na poti k doseganju le tega. V

tem primeru govorimo o obrambnih mehanizmih.

"Psihološko gledano, so obrambni mehanizmi poskus, da bi nekako zadovoljili potlačeno težnjo, hkrati pa s tem tudi odstranili čustveno napetost, ki jo ta težnja vzbuja (npr. tesnobo, bojazen, krivdo, sram ipd.). Tak poskus je včasih že vnaprej obsojen na neuspeh, v najboljšem primeru pa le na delen uspeh "

Če težnjo potlačimo, se soočimo z občutjem krivde, ki jo le ta vzbuja. Neposredno zadovoljena težnja oviro pri premostitvi frustracije le poveča, negativni občutki in občutek krivde bodo le narasli in duševni pritisk bo hujši. Obrambni mehanizmi so posebni prav zaradi svoje kompromisnosti: blokirane težnje ne smemo zadovoljiti neposredno, ampak postopno, po možnosti v čim bolj sprevrženi obliki. Tako se izognemo notranji kritiki in neprijetnim občutkom. Izid manevriranja z obrambnimi mehanizmi je ponavadi tak, da ni niti volk sit, niti koza cela – zadovoljitev ovirane težnje ni dosegla popolnega obsega, frustracijski pritisk pa je še vedno prisoten.

"Zatekanje k obrambnim mehanizmom je včasih podobno začarenemu krogu: ker zadovoljitev ni zadostna, je potreben nov obrambni maneuver, ki spet ne more zagotoviti prave zadovoljitve, itd." (Musek, 1982).

FREUDOVA TEORIJA OSEBNOSTI

Freud je človekovo duševnost predstavil kot ledeno goro, katere največji del je skrit pod površjem. Del duševnosti, ki se ga zavedamo je poimenoval zavestno, predstavlja pa ga vrh ledene gore, ki gleda na površje. Imamo tudi spomine in misli, ki so začasno pozbljeni, vendar jih lahko prikličemo nazaj v zavest, če jih potrebujemo. Ta del imenujemo predzavestna duševnost /preconscious mind/. Pod njo se nahaja globlji sloj duševnosti, ki nikoli ne prodre v zavest; nezavedna duševnost. Ta del ledene gore hrani zakopane konflikte in travme iz zgodnejšega obdobja življenja. Čeprav se tega dela ne zavedamo, po Freudu lahko vseeno vpliva na naše vedenje in čustva ter pogosto povzroča hude motnje, naprimer histerijo (Hayes, Orrel, 1998).

ID, EGO in SUPEREGO

"Freud je menil, da obstajajo trije deli človekove osebnosti: id, ego in superego." (Hayes, Orrel, 1998, str. 266).

ID

Najprej se razvije del osebnosti, ki se imenuje id. Vsebuje vse temeljne impulze, instinkte, prirojene potrebe. Je povsem sebičen in deluje po načelu ugodja, užitka; zahteva takojšnjo zadovoljitev katere koli želje. Reakcije ida so zelo skrajne: frustracija povzroči nezadržano agresivnost, lakota pa takojšen stik s prvo užitno stvarjo (Hayes, Orrel, 1998).

EGO

Otrok čez čas spozna, da tako obnašanje ni družbeno sprejemljivo. Tako nastane bolj realistični naslednik ja, ki temelji na načelu realnosti; skuša ustreči zahtevam ida, vendar na način, usklajen z realnostjo in ki osebi kasneje ne povzroča težav. Ta del osebnosti imenujemo ego in se kmalu odcepi od ida (Hayes, Orrel, 1998).

SUPEREGO

Tekom razvoja otroka se razvije tudi tretji del osebnosti. Ta se oblikuje v nekakega 'ponotranjega roditelja', ki ukazuje kaj 'mora' in česa 'ne sme' storiti. Vsebuje vse ideje, dolžnosti in odgovornosti, ki jih mora posameznik razviti kot del odraščanja v družbi. Ta del osebnosti je lahko velikokrat nerealen, kot id, kajti človeku zastavlja nedosegljive cilje. Naloga ega je ponovno, da vzdržuje ravnovesje med zahtevami superega in realnostjo (Hayes, Orrel, 1998).

OBRAMBNI MEHANIZMI

"Zavestni "jaz" (ego) uporablja številne oblike in načine reagiranja, s katerimi brani učinkovitost in intergitetu svojega delovanja, še zlasti takrat, ko grozijo različni duševni pritiski in obremenitve, npr. občutenja strahu, krivde, napetosti ipd. Prototip takšnih obrambnih mehanizmov je **potlačanje**, tj. potiskanje neprijetnih, konfliktnih vsebin v podzavest. V neposredni zvezi s potlačevanjem je **zanikanje – negacija**, npr. takrat ko ravnamo, kakor da konfliktna vsebina ne bi obstajala ali ne bi veljala za nas, češ "saj ni nič", "nič hudega nisem mislil", "kaj takega pa že ne". Z negiranjem želimo 'izbrisati' ali 'popraviti' frustracijski učinek; tako nekako, kot bi z naknadno uslugo lahko izbrisali storjeno krivico; kakor, da po naši negaciji naši stari grehi ne veljajo več. Med primitivnejše obrambne reakcije sodi tudi **oblikovanje reakcije**; tedaj skušamo prikriti negativno čustvo ali težnjo (npr. sovraštvo ali zaničevanje do nekoga) z manifestnim reagiranjem povsem obratne narave (npr. s pretirano vljudnostjo do te osebe). Pogosto želimo razbremeniti samega sebe tako, da pripišemo lastne negativne težnje ali značilnosti drugim, da jih projeciramo v okolje – **projekcija**; "saj nisem jaz takšen, ampak drugi". Lastne pomankljivosti radi vidimo na drugih osebah: največji skopuh se bo pritoževal, kako je svet stiskaški in ne preveč tankovestna oseba sbo obopuvala nad nemoralnostjo in pokvarjenostjo današnjih dni. S projekcijo si pravzaprav dvakrat pomagamo; prvič s tem, da ne priznamo lastnega greha, a tudi če bi ga morali priznati, se nam ne bo zdel hud, ker so pač drugi 'ravno taki'. Skoraj diametralno nasproten mehanizem je **introjekcija**, ko pripisujemo samemu sebi pozitivne težnje in lastnosti drugih. Malokdo bo priznal, da ni vsaj toliko pameten, pogumen, pošten ipd. kot drugi. Včasih se introjekcija povezuje z **identifikacijo**, istovetenjem z osebami, ki jih dojemamo kot posebno popolne (vzorniki). Razmeroma zapleten OM je **racionalizacija**. Kaže se v poskusih, da bi zmanjšali ter opravičili neuspehe pri doseganju zastavljenih ciljev. V življenju je racionalizacija zelo pogost pojav. Tako npr. pričnemo omaloževati, zmanjševati ali celo spreminjati

vrednost ciljev, ki jih nismo dosegli; zahtevne, ki jim nismo kos, razglasimo za nepomembne, dobrine, ki jih ne moremo doseči, za nepotreben luksuz, za vsak neuspeh nešteto opravičil. Racionalizacija se pokaže tudi v primeru, ko se pokaže, da je dosežen cilj v resnici nepomemben in nevreden naporov. Tedaj skušamo predimenzionirati njegovo vrednost, kot tista žival v basni, ki je pojedla limono in se potem tolažila, kako dobra in sladka je bila" (Musek, 1982, str. 284).

OBRAMBNI MEHANIZMI

Zanikanje (negacija)

Posameznik zanika določene izkušnje in njihove posledice, določene vidike, zanikanje svojega vedenja ali odgovornosti zanj (Marjanovič, Zupančič, 2004). Primer:

Posameznik zanika svojo frustracijo z namenom, da bi se izognil anksioznosti, bolečini ipd.

Zdravnik seznanja pacienta z nevarnostjo njegove bolezni, on pa tega noče verjeti, trdi, da je v redu, ne upošteva medicinskih navodil

Projekcija (lat. *Proiicere*: vreči ven)

Posameznik svoje ideje, želje, čustva, katerih ne more sprejeti pri sebi, ali se soočiti z njimi, pripisuje drugim (Marjanovič, Zupančič, 2004). Primer:

Oseba vidi v parku zaljubljen par, ki se poljublja in otipava v javnosti in se nad tem zgraža, po glavi pa mu rojijo seksualne fantazije.

"Ne prenesem Metke, ker stalno obrekuje druge ljudi!" pravi Francka svoji sosedi ob kavi.

Identifikacija (lat. *Idem*: isti, *facere*: narediti)

Posameznik svojo samopodobo izboljša tako, da pozitivne lastnosti, čustva, cilje, čustvene odzive drugih pripiše sam sebi. V občutenju lastne praznine 'pogoltnemo' nekoga in se začnemo obnašati kot on (Kompore, Stražišar, Dogša, Vec, Curk, 2011). Primer:

V razredu imamo sošolca, ki ga gledajo vsa dekleta. Ostali sošolci ga posnemajo po obnašanju, stilu oblačenja, načinu govorjenja, ipd.

Odvisnik na terapijah uporablja 'velike' besede, kakor njegov ugleden terapevt, pripravi na uro pogovora, ker mu hoče biti podoben.

Premeščanje (tudi: premik)

Preusmerimo svoja čustva, jezo, agresijo, strah, krivdo, ipd. na manj ogrožujočo osebo, situacijo ali predmet. Čustev ne posvetimo tistemu, čemur so prvotno namenjena, ker je ta oseba, situacija, predmet močnejša od nas, avtoriteta, ali ker smo od nje odvisni (Marjanovič, Zupančič, 2004, Kompore in drugi). Primer:

Očetova firma izgubi pomemben posel, zato so odnosi v firmi napeti. Ko pride domov, vso svojo jezo, razočaranje sprosti nad svojo družino, ki pa s poslom nima popolnoma nobene povezave.

Trener zamenja igralca, ki si je na vso moč želel igrati. Razočaran odide v garderobo in začne razmetavati, brcati, udarjati po steni, ipd.

Potlačitev (represija, lat. *Repressio*: zatiranje, tlačenje)

Izrivanje iz avednega ali zavračanje neprijetnih ali težko sprejemljivih psihičnih vsebin, ki jih naš ego ne more sprejeti (Kompore in drugi, 2011). Primer:

Mladenič odkrije, da ga privlačijo moški, vendar je to odkritje zaradi moralnih norm in predsodkov o istospolnih partnerjih zanj tako neprijetno in nesprejemljivo, da svojo usmerjenost potlači v nezavedno.

V otroštvu smo videli film, ki prikazuje jemanje drog mladoletnikov. Neprijetno vsebino filma smo pozabili, ker smo ga potlačili v nezavedno, vendar je strah pred drogami še vedno prisoten.

Regres

Dogodek, katerega nas je strah, ali nas skrbi, postane razlog za razvojno zgodnejše vedenje (Marjanovič, Zupančič, 2004). Primer:

Otrok ob vstopu v šolo začne ponovno sesati palec, močiti posteljo, ipd.

Kompenzacija (lat. *Compansare*: izravnati, nadomestiti)

Če smo na nekem področju šibki, poskušamo primankljaj kompenzirati tako, da se izkažemo na nekem drugem področju, ki nam bolj ustreza (Kompore in drugi, 2011). Primer:

Učenec s slabimi učnimi navadami se želi na vsak način izkazati pri športni vzgoji.

Poslovnež, ki ni imel nikoli pravega družinskega življenja, vso svojo energijo in pozornost usmeri v kariero.

Nadkompensacija

Svoj občutek manjvrednosti na nekem področju uporabimo v svojo korist in se z voljo in vztrajnostjo razvijemo in uveljavimo prav na tem področju (Kompore in drugi, 2011). Primer:

Dijak je imel vsa štiri leta šolanja probleme pri matematiki, za končni izpit pa se je poglobil in ga uspešno opravil. Ugotovil je, da je matematika v resnici zelo zanimiva in se vpisal na študij matematike

Dekletu pri športni vzgoji nikakor ni šla odbojka. Odločila se je narediti korak naprej in se vpisala v odbojkarški klub. Počasi, vendar vztrajno je prilezla v odbojkarško reprezentanco

Racionalizacija (lat. *rationalis*: razum)

Namesto pravega razloga za naše pomankljivosti in neuspehe poiščemo takšnega, ki je videti sprejemljivejši oz. razumnejši. S tem navidezno opravičimo svojo napako (Kompore in drugi, 2011).

Primer:

Učenec dobi slabo oceno, opraviči pa s tem, da ga učiteljica ne 'mara'.

"Lisico je mučila lakota, zato se je odpravila v bližnji vinograd. Bila je pozna jesen in lisici so se cedile slinice ob pogledu na veje, ki so se šibile pod težkimi grozdi. Toda njeno veselje ni dolgo trajalo, kajti grozdi so bili previsoko in lisica jih ni dosegla. Nekajkrat se je vzpela na noge, toda naposled je morala priznati poraz. Odpravila se je iz vinograda in si govorila: "Naj grozdje obere kdor ga hoče. Zame je preveč kislo in zeleno. Tudi če mi ga prinesejo na pladnju, se ga ne dotaknem." (Ezop, Basni)" (Kompore in drugi, 2011, str. 118)

Reakcijska formacija

Posameznik spremeni svoja nesprejemljiva čustva, motive in stališča v njihova nasprotja, ki so sprejemljiva in jih lahko izrazi (Marjanovič, Zupančič, 2004). Primer:

Otrok zavrača in obrne stališča staršev

OVREDNOTENJE OBRAMBNIH MEHANIZMOV

Obrambni mehanizmi so nam prirojeni, uporabljamo jih vsi. Niso vedno le negativni; celo nasprotno: včasih so nujni za normalno psihično delovanje. Pomagajo nam pri ohranitvi samopodobe, samospoštovanja in spoštovanja drugih, kar je eden temeljnih človeških motivov. V zavest onemogočajo prodor tistih vsebin, ki jih nismo sposobni sprejeti in nas tako obvarujejo pred samozaničevanjem, podcenjevanjem, depresijo in nam omogočajo, da ohranimo čustveno stabilnost. (povzeto po: Kompore, Stražišar, Dogša, Vec, Curk, 2011)

Do težav pride, če se kateri izmed obrambnih mehanizmov preveč razvije in postane prevladujoči in trajni način spoprijemanja z obremenitvami. To nam onemogoča videti pravi vzrok težav, torej ga tudi ne moremo odpraviti. Osebnostni razvoj je oviran, lahko pa se pojavijo tudi različne duševne motnje (Kompore in drugi, 2011).

OVREDNOTENJE POSAMEZNIH OBRAMBNIH MEHANIZMOV:

Nadkompensacija je zelo pozitivno soočenje z lastnimi pomankljivostmi, saj jih z vztrajnostjo in trdom presežemo (Kompore in drugi, 2011).

Kompensiranje na nekem področju je pozitivno, dokler smo ustvarjalno uspešni na nekem drugem področju in če to uveljavljanje ne postane prisilno (Kompore in drugi, 2011).

Premeščanje jeze je neugodno, kadar je žrtev popolnoma nedolžna oseba ali če uničimo kakšen predmet. Je pa vsekakor ugodneje prenesti jezo na neko stvar, kot na človeka, če je ne moremo transformirati v neko konstruktivno obliko (npr. šport ali umetnost) (Kompore in drugi, 2011).

Projeciranje je pogosto v ozadju predsodkov. Lastno sovražnost, nesposobnost ali nezaupljivost pripišemo drugim ljudem in do njih oblikujemo ustrezen predsodek (povzeto po: Kompore in drugi, 2011).

Nenehno **zanikanje, projeciranje ali racionaliziranje** nam preprečuje, da bi se spopadli z resničnim problemom, npr. v partnerskem odnosu (Kompore in drugi, 2011).

Zanikanje je pogost problem pri alkoholizmu ali drugih zasvojenostih. Preden si alkoholik ali odvisnik svojo odvisnost prizna, je že prepozno, saj ga je najbrž prizadela na vseh področjih življenja (Kompore in drugi, 2011).

Pri **identifikaciji** lahko s popačeno lastno identiteto ogrožamo pristnost odnosa z bližnjimi (Kompore in drugi, 2011).

4. CILJI IN HIPOTEZE

CILJI- Zanima me:

- Ali se mladi zavedajo, da zavestno uporabljajo obrambne mehanizme.
- Kateri obrambni mehanizem uporabljajo najpogosteje.
- Ali se obrambni mehanizmi tekom razvoja spreminjajo.
- Ali mladi obrambni mehanizem - premeščanje izražajo z agresijo.
- Ali se uporaba OM med spoloma razlikuje.

HIPOTEZE- Moje hipoteze, ki sem jih preveril z vprašalnikom so:

- Mladi se ne zavedajo, da uporabljajo obrambne mehanizme.
- Mladi najpogosteje uporabljajo obrambni mehanizem – racionalizacijo.
- Obrambni mehanizmi se tekom odraščanja spreminjajo.
- Mladi obrambni mehanizem - premeščanje najpogosteje izražajo z agresijo.
- Uporaba OM se med spoloma razlikuje predvsem pri premeščanju.

5. METODA

OPIS VZORCA RAZISKAVE:

Vprašalnik sem razdelil 121 dijakom iz Ekonomske gimnazije in srednje šole Radovljica in Jeseniške gimnazije. Rešilo ga je 70 žensk, (58% populacije) in 51 moških (42%) dijakov od 15-19 leta starosti in sicer:

Moški: 15 let- 12 dijakov, 16 let- 13 dijakov, 17 let- 9 dijakov, 18 let- 12 dijakov, 19 let- 5 dijakov

Ženske: 15 let- 12 dijakinj, 16 let- 18 dijakinj, 17 let- 12 dijakinj, 18 let- 24 dijakinj, 19 let- 4 dijakinje

	POVPREČJE	STANDARDNI ODKLON
ŽENSKE	16,86 let	+1,49
MOŠKI	16,71 let	+1,74
SKUPAJ	16,79 let	+1,60

Tabela 1: PODATKI O VZORCU RAZISKAVE

OPIS MERSKEGA INŠTRUMENTA

Za merski inštrument sem izdelal anonimni vprašalnik (priloga 1) s tremi obsežnimi vprašanji zaprtega tipa, iz katerih je razvidno natančno katere obrambne mehanizme uporablja posamezen dijak v vsaki izmed treh stresnih situacijah. Četrto vprašanje je bilo sestavljeno iz dveh delov, iz njega pa sem izvedel koliko dijakov ve, kaj so obrambni mehanizmi. Izmed tistih, ki vedo pa sem z drugim delom vprašanja izluščil dijake, ki se zavedajo, da ljudje OM uporabljamo vsak dan.

Prvo hipotezo sem preverjal z zadnjim vprašanjem, preostale hipoteze pa s primerjanjem rezultatov prvih treh vprašanj pri posameznih starostih in spolih.

Vprašalnik sem izdelal popolnoma sam, ni bil prirejen po kateremkoli obstoječem vprašalniku o OM.

Dobljeni rezultati se nanašajo na 3 situacije, podane v vprašanjih 1, 2, 3, in sicer:

Situacija 1: kdar v šoli dobim slabo oceno

Situacija 2: po obisku pri zdravniku

Situacija 3: kadar se sprem s trenerjem

OM racionalizacija sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: obtožujem učitelja ali šolski sistem

Situacija 2: "Zdravnik tako ali tako ne ve, kaj govori"

Situacija 3: "Trener ima raje druge igralce, kot mene!"

OM projekcija sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: Se tolažim s tem, da je slabo oceno dobil tudi moj sošolec

Situacija 2: Se tolažim z dejstvom, da ima veliko ljudi takšne probleme

Situacija 3: Se pomirim tako, da si rečem, da se s trenerjem nihče ne razume prav dobro

OM kompenzacija sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: Se toliko bolj posvetim tistim predmetom, ki mi grejo bolje in tako vzdržujem dobro povprečje ocen

Situacija 2: Nočem razmišljati o boleznih, zato se med zdravljenjem posvetim učenju ali kakšni drugi produktivni dejavnosti

Situacija 3: Se iz protesta do trenerja posvetim drugi dejavnosti

OM nadkompenzacija sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: Me ta ocena motivira in se to snov do naslednjic naučim za dobro oceno

Situacija 2: Poskušam bolezen preboleti na čimbolj učinkovit način (npr. z bolj zdravo prehrano, več telesne vadbe,...)

Situacija 3: Izboljšam, ali naredim to, kar mi je trener rekel in tako popravim odnos

OM negacija sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: Dokler ocene ne popravim, sploh ne govorim z nikomer o uspehu

Situacija 2: Včasih iz protesta ne jemljem predpisanih zdravil in si govorim, da sem v redu

Situacija 3: Naslednjic pridem na trening, kot da se ne bi nič zgodilo

OM identifikacija sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: Slabe ocene ima tudi zelo popularen sošolec, zato se ne sekiram preveč

Situacija 2: Določena bolezen je "kul", zato na široko govorim o njej

Situacija 3: Se začnem obnašati kot kakšen drug soigralec, ki ima dober odnos s trenerjem

OM premik sem preverjal z naslednjimi postavkami:

Situacija 1: Svojo jezo izražam nad naključnimi stvarmi (npr. udarim po mizi...)

Situacija 2: Sem tako razburjen, da me razdraži vsaka malenkost

Situacija 3: Jezen odkorakam v garderobo in brcam ter tolčem po naključnih stvareh

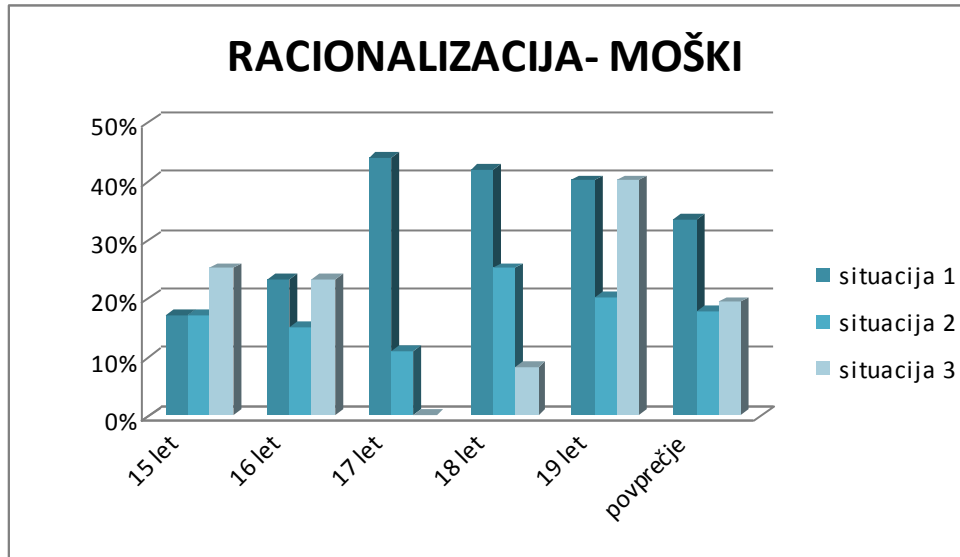
OPIS POSTOPKA ZBIRANJA PODATKOV

Ankete sem razdelil dijakom gimnazije na Jesenicah in Ekonomske gimnazije in srednje šole Radovljica v dopoldanskem času 12. in 13. 3. 2012. povedal sem jim, da rezultate potrebujem za izdelavo seminarske naloge pri psihologiji in jim razložil postopek reševanja. Vprašalnik je bil anonimen.

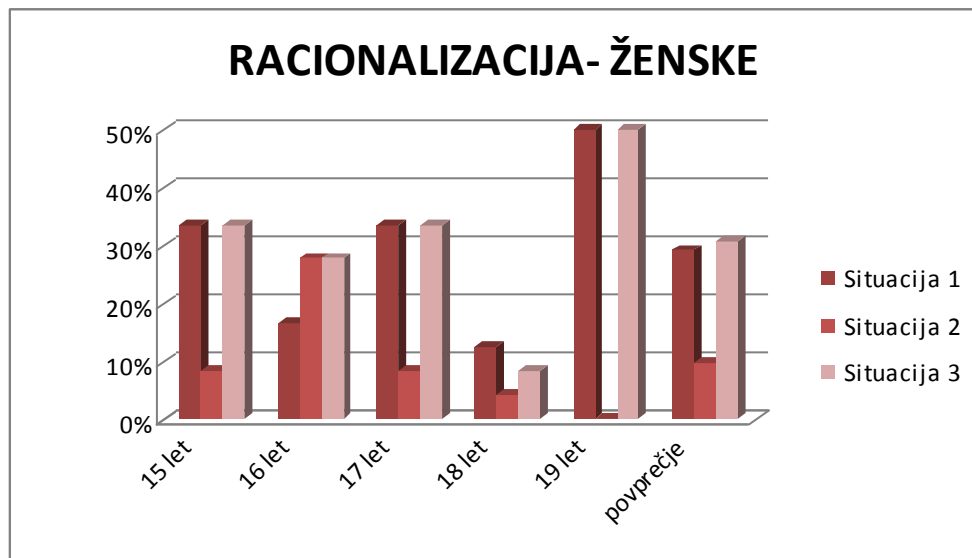
6. REZULTATI in INTERPRETACIJA

PRIKAZ REZULTATOV IN INTERPRETACIJA POSAMEZNIH OM PO SPOLIH:

- RACIONALIZACIJA



Graf 1: RACIONALIZACIJA PRI MOŠKIH



Graf 2: RACIONALIZACIJA PRI ŽENSAH

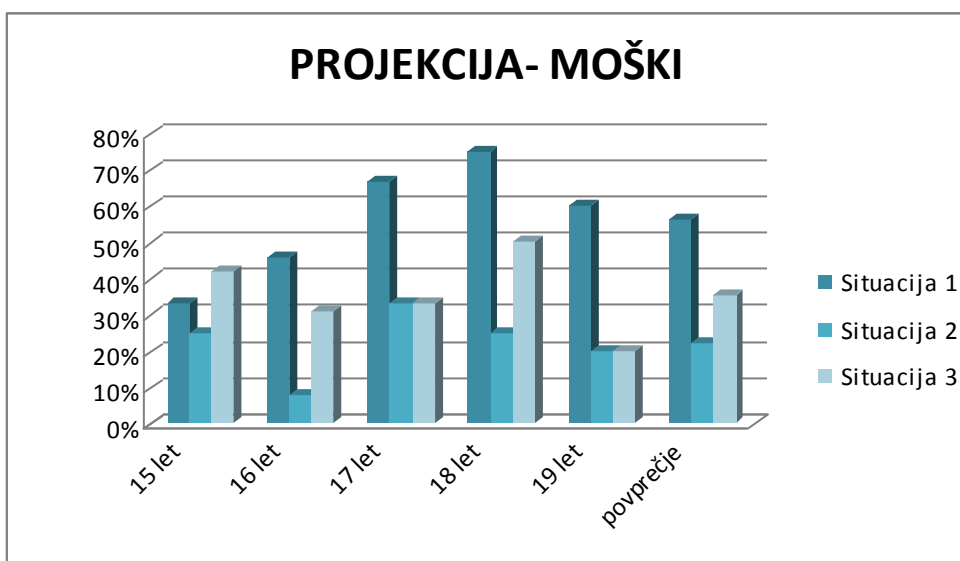
racionalizacija							
	situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški	16	33%	9	18%	9	19%	23%
ženske	16	29%	8	10%	17	31%	23%

Tabela 2: rezultati vprašalnika za OM racionalizacijo

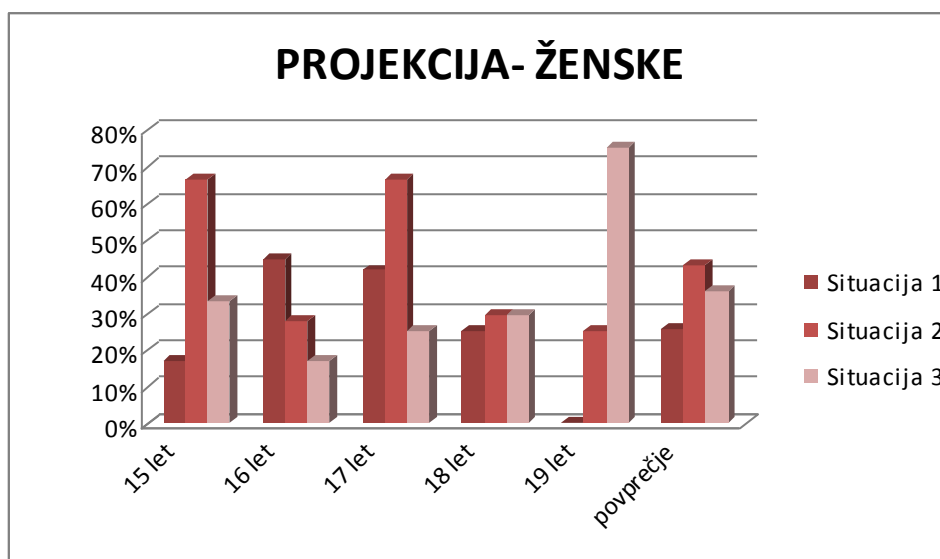
V šoli za slabo oceno uporabljamo OM racionalizacijo bolj (33% in 29%), kot drugje, saj imamo v šoli najboljšo osnovo, da krivimo druge za svoj neuspeh. Šolski sistem in učitelj, ki učenca "ne marata", predstavljata tolažbo učenca za slabo oceno. Po obisku pri zdravniku se rahlo bolj izpostavljajo moški (18%), saj jih večji procent meni, da zdravnik ne ve natančno, katera zdravila predpisuje. Ženske so v tem primeru bolj zaupljive (10%) in se strinjajo z zdravnikovim mnenjem.

Ženski del populacije pa racionalizacijo uporablja bolj po sporu s trenerjem (31%), saj jih več meni, da ima njihov trener raje druge soigralce/soigralke. To najbrž izvira iz ženske zavidljivost, saj se ženske načeloma bolj pogosto primerjajo s svojimi sovrstnicami, kot moški (19%). Ti v tem primeru raje uporabijo kakšen drug OM, naprimer kompenzacijo ali nadkompenzacijo. Direktne povezave z literaturo za uporabo racionalizacije nisem našel.

- PROJEKCIJA



Graf 3: PROJEKCIJA PRI MOŠKIH



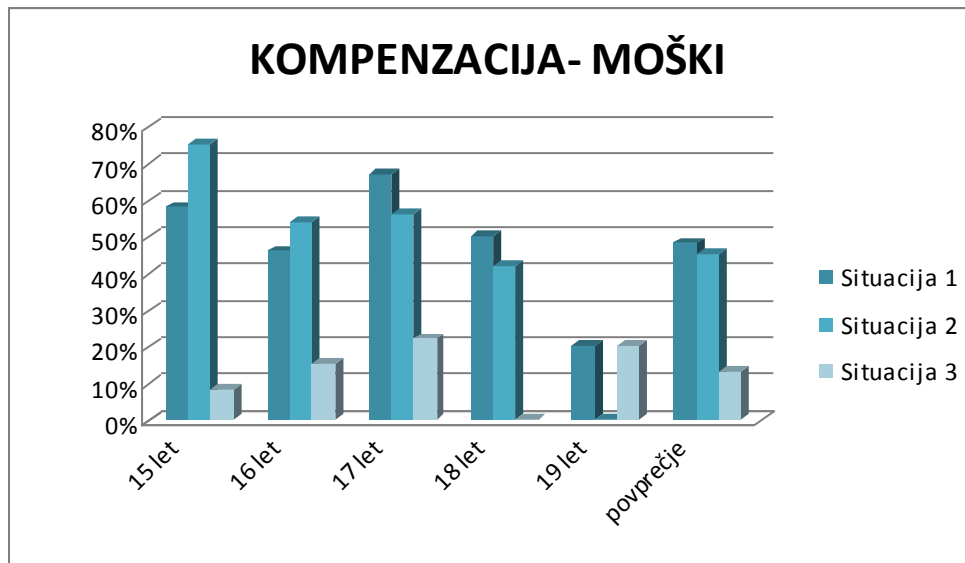
Graf 4: PROJEKCIJA PRI ŽENSKAH

	projekcija						
	situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški	26	56%	11	22%	19	35%	38%
ženske	21	26%	29	43%	20	36%	35%

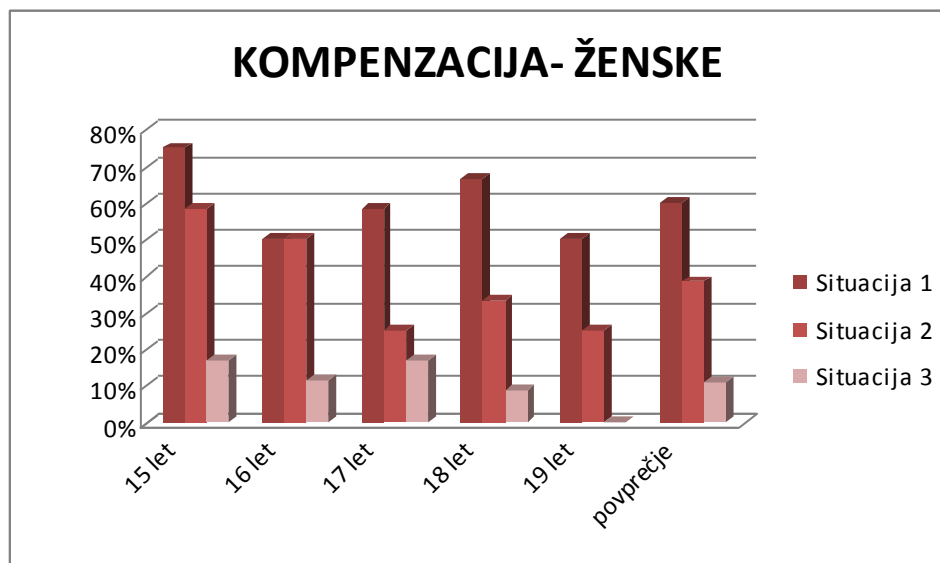
Tabela 3: rezultati vprašalnika za OM projekcijo

Moški del populacije se po uspehu raje primerja s sošolci, kot ženske, saj se kar 56% Moških tolaži z dejstvom, da je tudi njegov sošolec dobil slabo oceno. Za ženske to ni tako značilno, je pa razvidno, da se bolj kot moški za zdravstvene probleme tolažijo s tem, da imajo tudi ostali podobne probleme. Kar 43% deklet po obisku pri zdravniku uporablja OM projekcijo, najbrž zaradi tega, ker ženske poznajo mnogo več zdravstvenih problemov (kontracepcija, menstruacija, spolne bolezni, itd.) kot moški in imajo zaradi tega večje skrbi. Razlik med spoloma v uporabi projekcije pri športu ni, saj se uporaba giblje okrog 35% pri moških in ženskah. Športni trenerji najbrž ne delajo prevelikih razlik med spoloma, kot se to kaže pri v šoli ali pri zdravniku. V raziskavi Lamovec, 1994b je projekcija navedena kot tretji najbolj uporabljen OM v večini situacij, vendar nam ne prikazuje razlik med spoloma.

- **KOMPENZACIJA**



Graf 5: KOMPENZACIJA PRI MOŠKIH



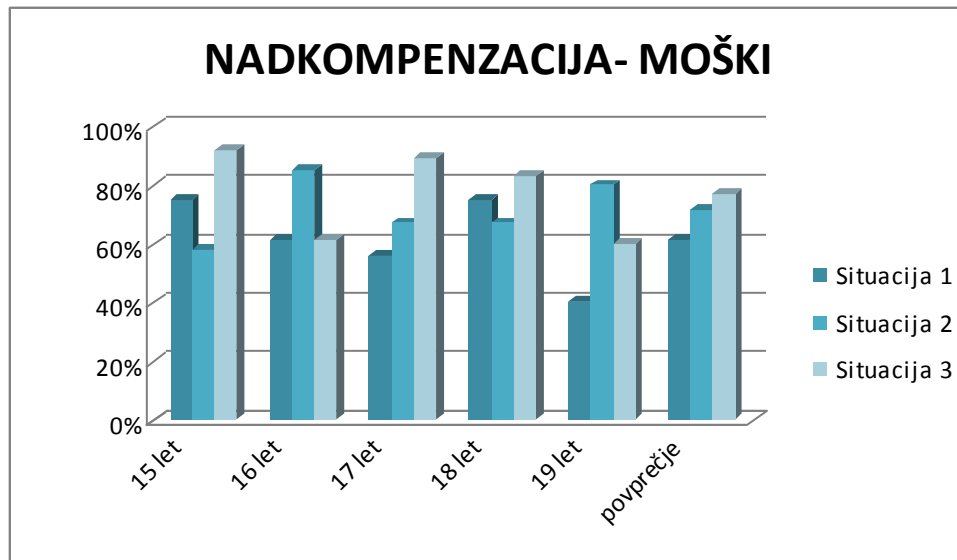
Graf 6: KOMPENZACIJA PRI ŽENSKAH

kompensacija							
	situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški	26	48%	26	45%	6	13%	36%
ženske	43	60%	28	38%	8	11%	36%

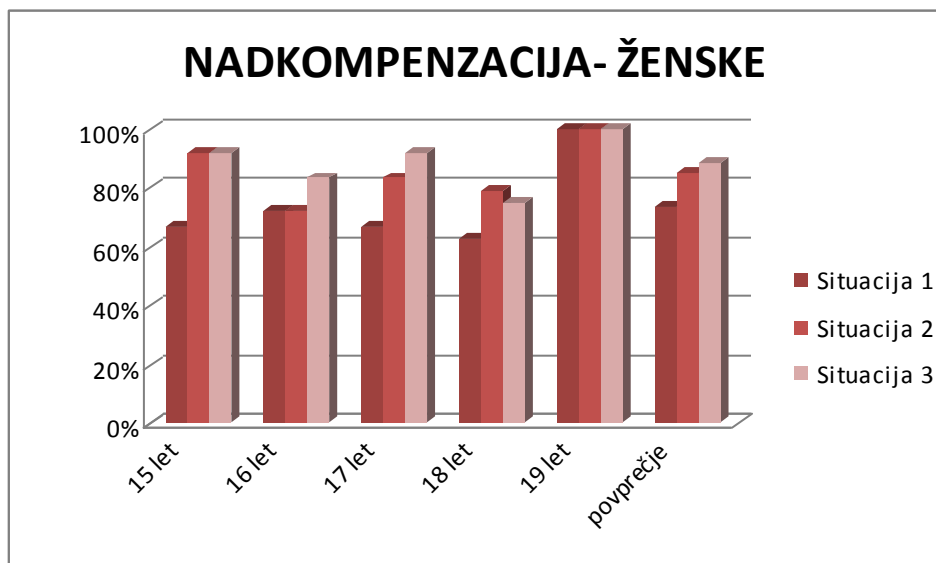
Tabela 4: rezultati vprašalnika za OM kompensacijo

Sorazmerno velik odstotek dijakov se v šoli in pri zdravniku odzove z OM kompenzacijo (48% in 60%), saj so med preživljanjem bolezni ali ob prejeti slabi oceni bolj aktivni na katerem drugem področju. V tretji situaciji kompenzacija ni tako pogosta, saj se večina dijakov raje ne izpostavlja ali zoperstavlja trenerju (13% in 11%). Oba spola sta si zelo blizu po uporabi tega OM, saj odstopanje pri nobeni situaciji ni veliko. Podobni odnosi moških in žensk do učiteljev, trenerjev in zdravnikov se iz vidika uporabe kompenzacije najbrž razvijejo zaradi podobne osveščenosti o alternativnih možnostih za prebroditev frustracije. V raziskavi Lamovec, 1994b opazimo, da je kompenzacija sorazmerno redko uporabljen OM (okrog 25%), kar moje dobljene rezultate (36%) postavi pod vprašaj.

- **NADKOMPENZACIJA**



Graf 7: NADKOMPENZACIJA PRI MOŠKIH



Graf 8: NADKOMPENZACIJA PRI ŽENSKAH

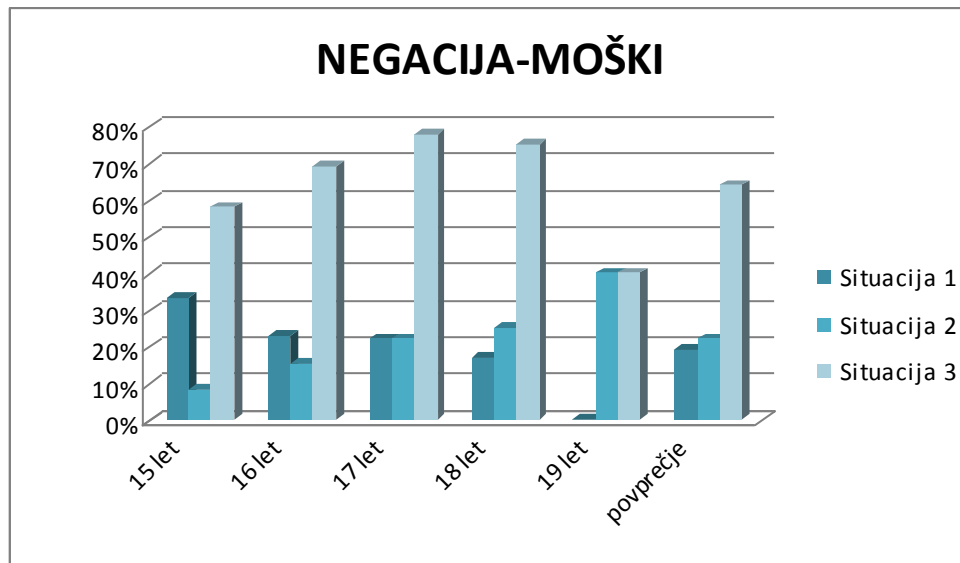
nadkompensacija							
	situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški	31	61%	36	71%	40	77%	70%
ženske	48	74%	57	85%	59	88%	82%

Tabela 5: rezultati vprašalnika za OM nadkompensacijo

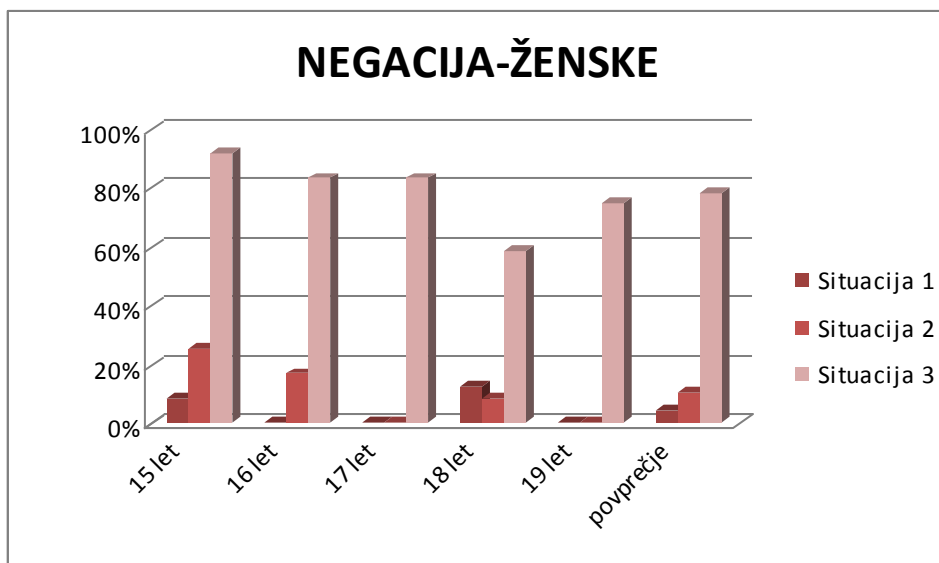
Rezultati tega vprašanja ovržejo mojo hipotezo, da je racionalizacija najpogosteje uporabljen OM pri mladih. Rezultati se pri niti eni situaciji ne spustijo pod 50%, kar pomeni, da več kot polovica dijakov v vsakem primeru stresne situacije najraje uporabi OM nadkompensacijo.

Rahlo odstopanje navzdol se kaže le pri prvi situaciji, saj dijakov slaba ocena na nekem področju ne motivira dovolj, da bi to področje vzljubili in se naučili za dobro oceno. Ne smemo zanemariti tudi dejstva, da so bili odgovori na vprašanja o nadkompensaciji zastavljeni s pozitivnim prizvokom, zato je možno, da so dobljeni rezultati posledica napake v vprašalniku. V primerjavi z literaturo (okrog 25%) se namreč nadkompensacija v moji raziskavi pojavlja občutno pogosteje (76%).

- **NEGACIJA**



Graf 9: NEGACIJA PRI MOŠKIH



Graf 10: NEGACIJA PRI ŽENSKAH

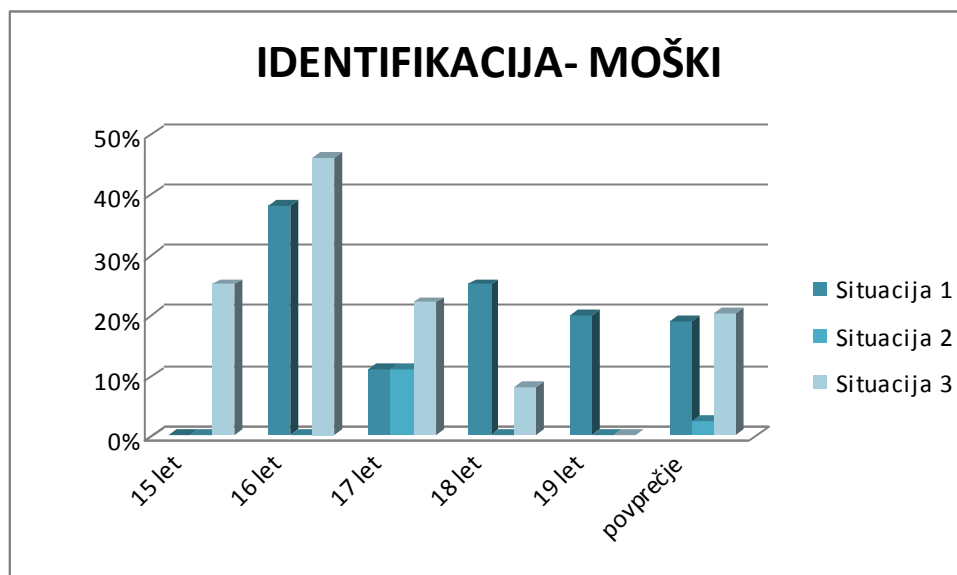
		negacija						
		situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški		11	19%	10	22%	34	64%	35%
ženske		4	4%	8	10%	53	78%	31%

Tabela 6: rezultati vprašalnika za OM negacijo

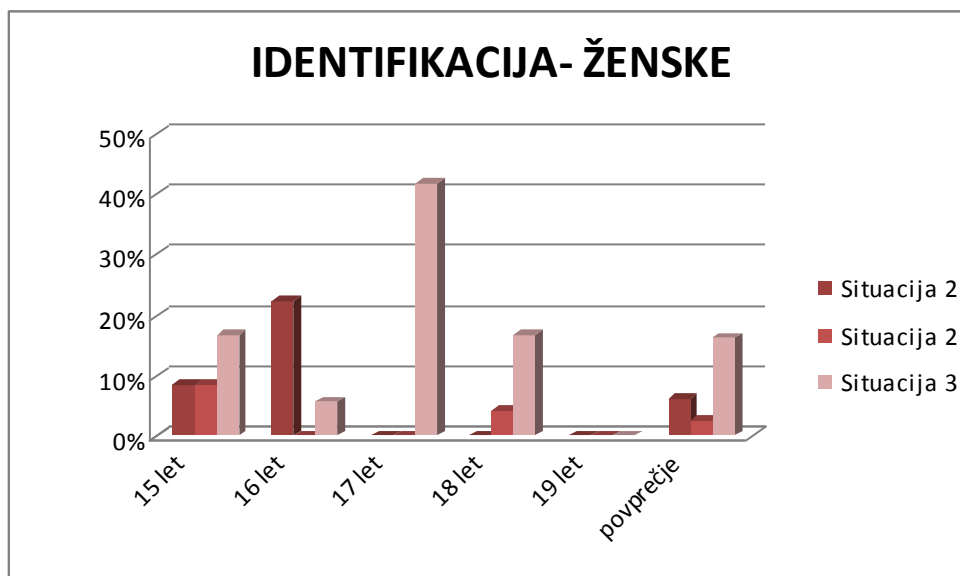
Pri prvi situaciji je razvidno, da moški pri neuspehu v šoli raje uporabljajo OM negacijo in zamolčijo svoj neuspeh (19%), dokler ne izboljšajo rezultatov. Tudi po obisku pri zdravniku se rahlo večji

odstotek moških skuša prepričati, da je z njimi vse v redu (22%). Podobno, kot pri racionalizaciji ne sprejemajo svojega dejanskega telesnega stanja. Negacija je najbolj izstopajoč OM po sporu s trenerjem, saj se velika večina dijakov na naslednjem treningu pretvarja, kot se ne bi nič zgodilo. Iz grafa je razvidno, da je uporaba negacije neprimerno višja v tretji situaciji, kar nam ponovno kaže očitno napako v postavljenih vprašanjih. V raziskavi Lamovec, 1994b se negacija pojavlja precej povprečno, saj se odstotek uporabe giblje okrog 25%.

- IDENTIFIKACIJA



Graf 11: IDENTIFIKACIJA PRI MOŠKIH



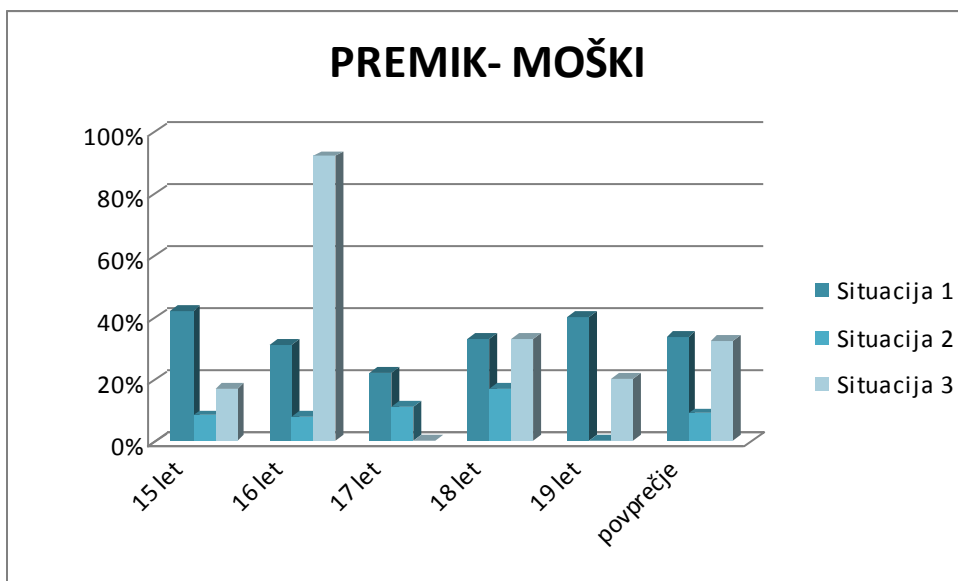
Graf 12: IDENTIFIKACIJA PRI ŽENSKAH

		identifikacija						
		situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški		10	19%	1	2%	12	20%	14%
ženske		5	6%	2	3%	12	16%	8%

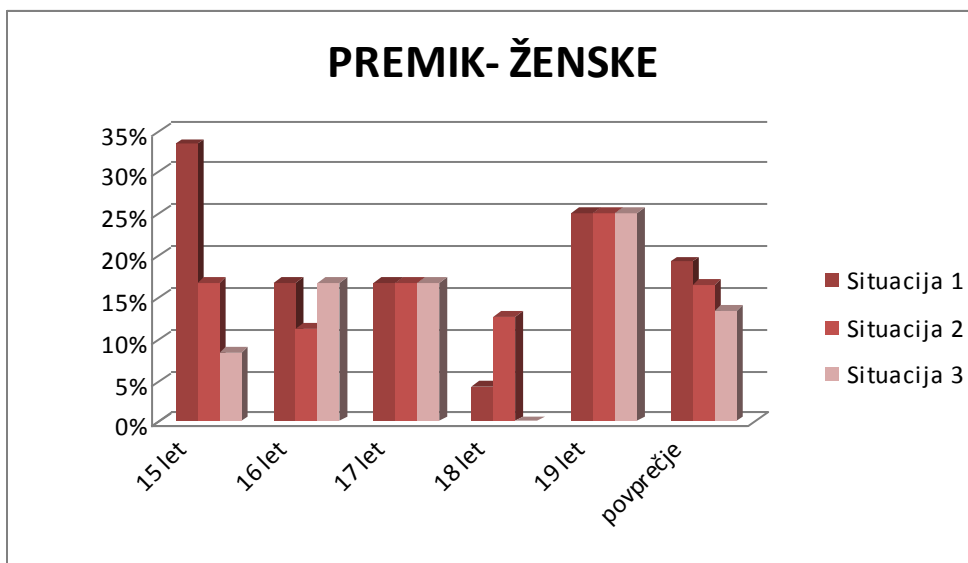
Tabela 7: rezultati vprašalnika za OM identifikacijo

Identifikacijo dijaki uporabljajo najmanj od vseh OM, ki sem jih testiral, kar je v nasprotju z mojimi pričakovanji, saj se mladostniki po mojem mnenju radi primerjajo (identificirajo) s svojimi ideali. Dobljeni nizki rezultati so lahko posledica sramu- z OM negacijo si dijak/dijakinja ne prizna, da se obnaša kot sošolec, soigralec. Sorazmerno visok rezultat se kaže le pri identifikaciji fantov s popularnim sošolcem, ki je tudi dobil slabo oceno. Nekaj več Identifikacije je v uporabi ob sporu s trenerjem, saj se od 16% do 20% dijakov odloči obnašati tako, kot drug soigralec, ki ga ima trener rad. V tem primeru gre za enega bolj učinkovitih reakcij v dani situaciji, če se identificiramo z nekom, zato se ga poslužuje večji odstotek mladostnikov. Povezavo z literaturo za OM identifikacijo nisem našel.

- **PREMIK**



Graf 13: PREMIK PRI MOŠKIH



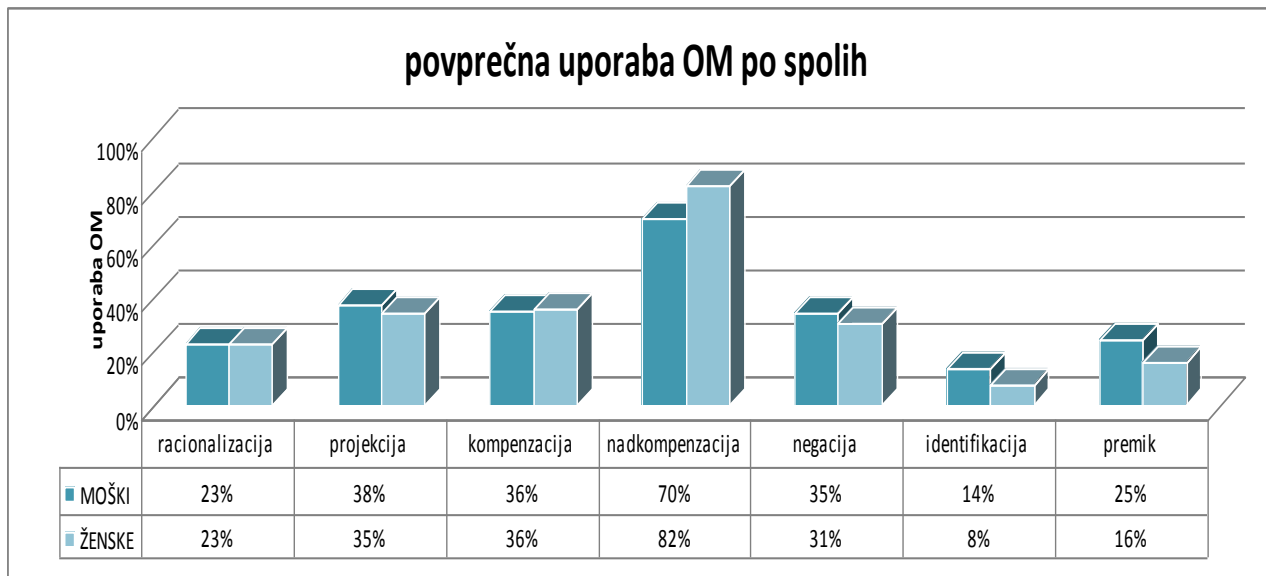
Graf 14: PREMIK PRI ŽENSKAH

	premik						
	situacija 1	%	situacija 2	%	situacija 3	%	skupaj%
moški	17	34%	5	9%	19	32%	25%
ženske	11	19%	10	16%	7	13%	16%

Tabela 8: rezultati vprašalnika za OM premik

V prvi in drugi situaciji je razvidno, da je moški del populacije bolj razdražljiv in z agresijo premešča svojo jezo na naključne objekte, vendar zaradi majhnega odstotka ne moremo trditi, da to počnejo v največ primerih. To ovrže mojo hipotezo, da mladostniki z agresijo največkrat premeščajo svojo jezo in potrjujem hipotezo, da se uporaba OM med spoloma razlikuje predvsem pri premiku. V prvi in tretji situaciji, kjer je bilo vprašanje navezano na agresivna dejanja, po uporabi premika izstopa moški del populacije, medtem, ko v drugi situaciji prevladujejo ženske. Le te tako, kot pri identifikaciji in projekciji, po obisku pri zdravniku iščejo drugačne tolažbe, kot moški. Ženske premika ne izražajo z agresijo, ampak so le razdražene in bolj občutljive. Lamovec, 1994b v svoji raziskavi beleži premik kot eno najpogostejših reakcij v stresnih situacijah (35%), vendar ni navedeno, če je izraženo z agresijo.

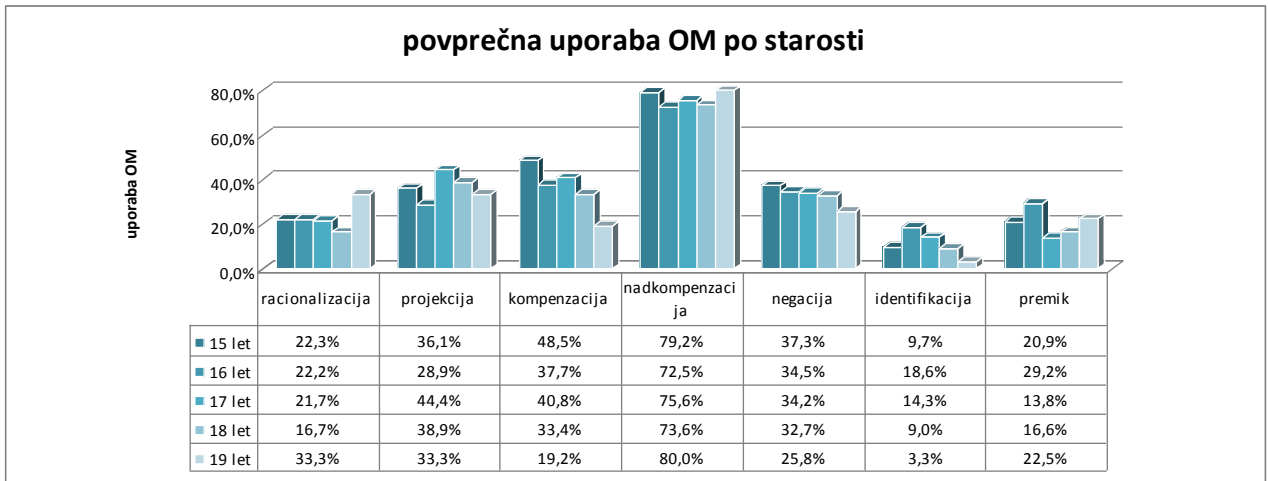
- UPORABA OM PO SPOLIH



Graf 15: POVPREČNA UPORABA OBRAMBNIH MECHANIZMOV PO SPOLIH

Daleč najbolj uporabljen obrambni mehanizem med mladimi je **nadkompensacija** (82% in 70%), saj svoj občutek manjvrednosti na nekem področju dijaki zelo učinkovito uporabijo v svojo korist in se z voljo in vztrajnostjo izkažejo prav na tem področju. Kot že omenjeno, je najbrž visok odstotek nadkompensacije posledica neposrečno zastavljenega vprašalnika. Precej tesno skupaj ji sledijo OM **projekcija, kompenzacija in negacija**, ki jih uporablja od 30-38% dijakov in dijakinj. Približno 36,5% dijakov svoje negativne lastnosti pripisuje drugim, saj je to ena učinkovitejših tolažb za svoje frustracije. 36% dijakov se zaradi neuspeha na nekem področju raje izkažejo na nekem drugem, 33% pa jih svoje izkušnje (ali posledice le teh) zanika, ali zamolči. Najbrž zaradi tega, ker se ne morejo sprijazniti s svojimi pomankljivostmi. Naslednji OM po lestvici najbolj uporabljenih je **racionalizacija**, za katerega sem domneval, da bo najbolj priljubljen in uporabljen med mladostniki. Le 23% dijakov za svoj neuspeh poišče takšne vzroke, ki se mu zdijo bolj sprejemljivi. V vprašalniku so imele postavke za racionalizacijo rahlo negativen prizvok, zato se ga je večina populacije izognila. OM **premik** uporablja 20,5% dijakov, kar pomeni, da jih občutno manj kot polovico svojo jezo premešča na naključne predmete. S tem ovržem mojo 4. hipotezo, ki trdi, da jih več, kot polovico to počne. K temu močno pripomorejo sankcije v šoli, pri zdravniku in doma, tako se mladostniki bojijo izražati jezo z nasiljem. OM **identifikacijo** uporablja najmanj dijakov in dijakinj, saj se ne počutijo najbolje ob misli, da se primerjajo z nekom drugim. Identificiranje v večini primerov ne zagotavlja korektnega soočenja s frustracijo, zato ni priljubljen OM med mladostniki. Rezultatov v literaturi, ločenih po spolih nisem zasledil nikjer.

- UPORABA OM PO STAROSTI



Graf 16: POVPREČNA UPORABA OBRAMBNIH MEHANIZMOV PO STAROSTI

Racionalizacija: prve štiri generacije (15, 16, 17 in 18 let) imajo praktično zanemarljivo odstopanje, rahlo povišanje se pojavi le pri 19-letnikih, ki očitno za svoje neuspehe bolj krivijo druge, kot mlajše generacije. Ta ugotovitev ni bila v skladu z mojimi pričakovanji, saj bi bilo po mojem mnenju smiselno, da starejši svojo zrelost izkazujejo z manjšo uporabo racionalizacije. Literatura nam ne postreže z nobenimi uporabnimi rezultati za primerjavo.

Projekcija: posamezniki pri 17. letu najbolj pripisujejo svoje negativne ideje, želje, čustva, najmanj pa pri 16. letu starosti, vendar so odstopanja minimalna in ne kažejo konstantnega padanja ali naraščanja uporabe tega OM. V raziskavi Lamovec, 1994b raziskovalka pride do podobnih rezultatov, ko primerja 14 in 20 letne mladostnike. 20 letniki OM projekcijo uporabljajo le rahlo bolj pogosto, kot 14 letniki (porast iz 30% na 32%), očitnega porasta uporabe ni.

Kompenzacija: najbolj izrazito uporabljanje kompenzacije je pri 15-letnikih, najmanj pa pri 19-letnikih. Padec je konstanten, zato predpostavljamo, da se uporaba OM kompenzacije tekom razvoja mladostnika manjša. Ta ugotovitev se ne sklada z raziskavo Lamovec, 1994b. Ta beleži porast kompenzacije tekom razvoja mladostnikov iz 12% na 32%.

Nadkompensacija: približno enaka in v primerjavi z ostalimi OM visoka uporaba OM nadkompensacije nam kaže, da je ta vrsta obrambe mladostnikov najpogostejša in se tekom razvoja ne spreminja. Dobljeni rezultati so, kot že navedeno v interpretaciji OM po spolih, izkrivljeni zaradi

pozitivne konotacije podanega možnega odgovora na 3 situacije. Povezave z literaturo za OM nadkompenzacijo ni.

Negacija: za ta OM je značilen konstanten, vendar blag padec tekom staranja populacija; predpostavljam, da se tekom razvoja mladostnikov uporaba negacije manjša. Lamovec, 1994b v raziskavi beleži porast negacije iz 15% na 34% od 14. Do 20. leta starosti, kar se tudi ne sklada z mojo raziskavo, vendar menim, da so bila vprašanja o negaciji zastavljena korektno.

Identifikacija: identifikacijo uporabljajo mladostniki občutno najmanj, vendar obstajajo manjša odstopanja med posameznimi generacijami. Sprva vidimo nekoliko manjšo uporabo tega OM med 15-letniki, nato pa najvišji odstotek uporabe pri 16-letnikih. od 16. leta starosti do 19. leta uporaba identifikacije pada, zato lahko sklepamo, da se s staranjem vedno manj poslužujemo izboljšanja svoje samopodobe na račun nekoga drugega. Tako ravnanje najbrž pride od naše želje po samouveljavitvi. S staranjem mladostnik ugotovi, da je identifikacija nekoristna na dolgi rok, zato jo poizkuša uporabljati manj. Povezave z literaturo za OM identifikacijo nisem našel.

Premik: opazno je padanje in naraščanje uporabe OM, zato je nemogoče sklepati, ali gre za spreminjanje uporabe tekom razvoja, ali le pomankljivosti v pridobivanju podatkov. V literaturi (Lamovec, 1994b) beležijo upad uporabe premika iz 48% pri 14 letnikih na 22% pri 20 letnikih, kar se v nobenem pogledu ne sklada z rezultati moje raziskave.

- **ZAVEDANJE MLADOSTNIKOV O UPORABI OBRAMBNIH MEHANIZMOV**

	Vem, kaj so obrambni mehanizmi	Ne vem, kaj so obrambni mehanizmi	Se zavedam, da jih ljudje uporabljajo vsa dan	Se ne zavedam, da jih ljudje uporabljajo vsa dan
število	107	14	103	4
%	88,4%	11,6%	96,3%	3,7%

Tabela 9: zavedanje mladostnikov o uporabi OM

Na vprašanje, če vedo, kaj so to obrambni mehanizmi, je 88,4% vzorca odgovorilo z da, 11,6% pa z ne. To priča o precejšnji osveščenosti mladostnikov o tem področju. Rezultati so lahko varljivi zaradi zaprtega tipa zastavljenega vprašanja (da/ne). Ob ponovitvi raziskave bi postavil odprti tip vprašalnika, kjer bi kandidat opredelil obrambne mehanizme. Rezultati bi bili v tem primeru korektnjši.

96,3% mladostnikov, ki vedo, kaj so obrambni mehanizmi se zaveda, da jih ljudje uporabljajo vsak dan, kar je v skladu z mojimi pričakovanji. Kdor namreč ve, kaj so OM, se najbrž dobro zaveda svojih dejanj in reakcij ob določenih situacijah, ki so posledica uporabe OM. 3,7% mladostnikov se ne zaveda, da OM uporablja vsak dan.

Povezave z literaturo o osveščenosti mladostnikov na tem področju nisem našel.

Hipoteze:

Mladi se ne zavedajo, da uporabljajo obrambne mehanizme

Hipoteza je na podlagi rezultatov prikazanih v tabeli 9 ovržena.

Mladi najpogosteje uporabljajo OM racionalizacijo

Hipoteza je na podlagi rezultatov grafa 15 in 16 ovržena.

Obrambni mehanizmi se tekom razvoja spreminjajo

Hipoteza je delno potrjena, na podlagi grafa 16.

Mladi OM agresijo premik največkrat izražajo z agresijo

Hipoteza je ovržena, na podlagi grafa 13 in 14, ter tabele 8.

Uporaba OM se med spoloma razlikuje predvsem pri premeščanju

Delno potrjena hipoteza, potrjujejo jo grafi 13, 14 in 15, ter tabela 8.

7. SKLEPI

OPIS RAZISKAVE

Izvedena raziskava nam nudi vpogled v mladostniške navade v stresnih situacijah in kaže povezavo med vpletenimi, težo, lokacijo frustracije in mladostniškimi reakcijami. Vprašalnik je bil z redkimi izjemami zastavljen korektno, samokritičen moram biti le v primeru kompenzacije, nadkompenzacije in zavedanja mladostnikov o uporabi OM. Kot navedeno v poglavju rezultati in interpretacija, bi ob ponovitvi raziskave spremenil nekaj postavk vprašalnika. Kar se tiče vzorca raziskave, bi svedakor moral biti večji in rahlo bolj reprezentativen (približno enako število oseb v posamezni starostni skupini)

Ali se mladi zavedajo, da zavestno uporabljajo obrambne mehanizme?

Hipoteza: **Mladi se ne zavedajo, da uporabljajo obrambne mehanizme**

Ugotovitve: hipoteza je bila na podlagi rezultatov ovržena, saj se slabih 96% mladostnikov, ki vedo, kaj so obrambni mehanizmi, zaveda, da jih uporabljajo vsak dan. Kot že navedeno v poglavju 5.12., bi bili rezultati korektni ob drugače zastavljenem vprašanju, vendar je precej več kot polovico mladostnikov najbrž dobro razgledanih/osveščenih na tem področju. Povezave z literaturo o osveščenosti dijakov o OM nisem našel.

Kateri obrambni mehanizem mladostniki uporabljajo najpogosteje?

Hipoteza: **Mladi najpogosteje uporabljajo OM racionalizacijo**

Ugotovitve: z raziskavo sem ugotovil, da izmed naslednjih obrambnih mehanizmov; racionalizacija, kompenzacija, negacija, nadkompenzacija, projekcija, identifikacija in premik, mladostniki najpogosteje uporabljajo OM nadkompenzacijo (76,2%). Precej nižje, vendar zelo tesno skupaj ji sledijo projekcija (36,3%), kompenzacija (35,9%) in negacija (32,9%). Na zadnjih treh mestih po uporabi se nahajajo racionalizacija (23,2%), premik (20,6%) in identifikacija (11,0%). Ti rezultati ovržejo mojo hipotezo, da je racionalizacija najpogosteje uporabljen OM, vendar niso popolnoma korektni. Kot je že napisano v poglavju rezultati in interpretacija, je zaradi neposrečeno zastavljenega vprašalnika odstotek uporabe nadkompenzacije precej višji od dejanskega. Ob ponovnem zastavljanju anketnih vprašanj bi moral bolj razmisliti o morebitnih pomankljivostih, kot je ta. Hipoteza pa bi bila najbrž ovržena tudi, če bi bil vprašalnik prilagojen, saj menim, da pri ostalih OM zastavljen korektno. Racionalizacija po vsej vrjetnosti ne bi dosegla prvega mesta po uporabi med mladostniki. Lamovec, 1994b v svoji raziskavi navaja kot najpogosteje uporabljen OM med 14 letniki premeščanje (48%), med 20 letniki pa projekcijo (33%)

Ali se obrambni mehanizmi tekom razvoja spreminjajo?

Hipoteza: **Obrambni mehanizmi se tekom razvoja spreminjajo**

Ugotovitve: pri nekaterih obrambnih mehanizmih sem ugotovil povezavo med spreminjanjem uporabe OM in staranjem, vendar so odstopanja možna tudi zaradi premajhnega ali nereprezentativnega vzorca. Predstavitev in interpretacija rezultatov je v poglavju REZULTATI IN INTERPRETACIJA, v naslednjih odstavkih je le povzetek že navedenega.

- **Racionalizacija:** tekom razvoja se uporaba rahlo večja, vendar ne konstantno.
- **Projekcija:** pri projekciji uporaba tega om niha, zato ne moremo govoriti o padcu ali naraščanju tekom razvoja mladostnika.
- **Kompenzacija:** pri kompenzaciji je viden konstanten padec v uporabi tekom staranja mladostnikov.
- **Nadkompenzacija:** ni vidnih konstantnih padcev ali porasta uporabe OM.
- **Negacija:** s staranjem se uporaba tega OM rahlo zmanjšuje.
- **Identifikacija:** od 16. leta starosti uporaba tega OM postopoma upada.
- **Premik:** vidno je zgolj nihanje brez postopnega padanja ali porasta uporabe premika.

Hipoteza je delno potrjena, saj za nekatere OM drži, da se tekom razvoja spreminjajo, za ostale pa ne moremo trditi, ali gre zgolj za napako v vprašalniku, ali pa gre za nihanje v uporabi določenega OM med mladostniki. Raziskava Lamovec, 1994b nam navaja sledeče spremembe tekom razvoja: Premik (padec iz 48% na 22%), projekcija (rahal porast iz 30% na 32%), kompenzacija (porast iz 13% na 33%), negacija (porast iz 15% na 34%), za druge OM povezave z literaturo ni na voljo.

Ali mladi OM premeščanje izražajo z agresijo?

Hipoteza: **Mladi OM agresijo premik največkrat izražajo z agresijo**

Ugotovitve: rezultati za OM premeščanje se v povprečju gibljejo globoko pod 50%, kar nam kaže, da mladostniki agresije ne uporabljajo v večini primerov stresnih situacij. Izražanje jeze z agresijo je značilno predvsem za moške, ki v prvi in tretji situaciji (izpostavljeno je nasilje nad naključnimi objekti) po uporabi precej presežejo ženske. V drugi situaciji ni navedenega izražanja jeze nad

naključnimi predmeti. V tem primeru izstopajo ženske, ki z reakcijami izkazujejo zgolj razdraženost in občutljivost.

Hipotezo sem ovrigel, saj se uporaba premeščanja pri nobenem spolu in situaciji ne dvigne nad polovico. Najvišji odstotek uporabe se pojavi pri moških v prvi situaciji- KO V ŠOLI DOBIM SLABO OCENO in sicer 34%. V literaturi je moji raziskavi najbolj podobna in primerljiva raziskava Lamovec, 1994b, ki pa na žalost ne navaja podatkov o agresiji pri uporabi OM premika, zato je ugotovitve nemogoče primerjati z obstoječo literaturo.

Ali se uporaba OM med spoloma razlikuje?

Hipoteza: **Uporaba OM se med spoloma razlikuje predvsem pri premeščanju**

Ugotovitve: uporaba OM med spoloma se razlikuje predvsem pri nadkompensaciji (ženske: 82%, moški: 70%), identifikaciji (ženske: 8%, moški: 14%) in premiku (ženske: 16%, moški: 25%).

Hipotezo lahko potrdim vsaj delno, glede na izkrivljene rezultate pri OM nadkompensaciji. Razlika med spoloma po uporabi se pri premiku razlikuje za 9%, kar kaže precejšno odstopanje med moškimi in ženskami. V literaturi v nobeni raziskavi ne zasledimo primerjave uporabe OM po spolih.

OCENA NALOGE:

Menim, da je bila seminarska naloga in raziskava uspešna kljub pomankljivostim, navedenim na začetku poglavja SKLEPI.

8. VIRI IN LITERATURA

- Hayes, N., Orrell, S. (1998). Psihologija. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo
- Kompare, A., Stražišar, M., Dogša, I., Vec, T., Curk, J. (2009). Uvod v psihologijo. Ljubljana: Založba DZS
- Marjanovič Umek, L. (ur), Zupančič, M. (ur). (2004) Razvojna Psihologija. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut filozofske fakultete
- Musek, J. (1982). Osebnost. Ljubljana: Dopisna delavska univerza UNIVERZUM

Priloga 1:

VPRAŠALNIK: OBRAMBNI MEHANIZMI

Sem dijak Ekonomske gimnazije in srednje šole v Radovljici. Za maturo pri predmetu psihologija pripravljam seminarsko nalogo o obrambnih mehanizmih med mladostniki. Pri tem projektu mi bodo v veliko pomoč vaši iskreni odgovori na naslednja vprašanja.

Spol: _____ Starost: _____ let

- a) Moški
- b) Ženski

1) Kadar v šoli dobim slabo oceno:

- | | | |
|---|----|----|
| a) Obtožujem učitelja ali šolski sistem | DA | NE |
| b) Se tolažim s tem, da je slabo oceno dobil tudi moj sošolec | DA | NE |
| c) Me ta ocena motivira in se to snov do naslednjic naučim za dobro oceno | DA | NE |
| d) Se toliko bolj posvetim tistim predmetom, ki mi grejo bolje in tako vzdržujem dobro povprečje ocen | DA | NE |
| e) Dokler ocene ne popravim, sploh ne govorim z nikomer o uspehu | DA | NE |
| f) Slabe ocene ima tudi zelo popularen sošolec, zato se ne sekiram preveč | DA | NE |
| g) Svojo jezo izražam nad naključnimi stvarmi (npr. udarim po mizi...) | DA | NE |

2) Po obisku pri zdravniku:

- | | | |
|--|----|----|
| a) Včasih iz protesta ne jemljem predpisanih zdravil in si govorim, da sem v redu | DA | NE |
| b) Določena bolezen je "kul", zato na široko govorim o njej | DA | NE |
| c) Se tolažim z dejstvom, da ima veliko ljudi takšne probleme | DA | NE |
| d) "Zdravnik tako ali tako ne ve, kaj govori" | DA | NE |
| e) Sem tako razburjen, da me razdraži vsaka malenkost | DA | NE |
| f) Nočem razmišljati o bolezni, zato se med zdravljenjem posvetim učenju ali kakšni drugi produktivni dejavnosti | DA | NE |
| g) Poskušam bolezen preboleti na čimbolj učinkovit način (npr. z bolj zdravo prehrano, več telesne vadbe,...) | DA | NE |

3) Kadar se sprem s trenerjem

- | | | |
|---|----|----|
| a) Jezen odkorakam v garderobo in brcam ter tolčem po naključnih stvareh | DA | NE |
| b) Se začnem obnašati kot kakšen drug soigralec, ki ima dober odnos s trenerjem | DA | NE |
| c) Naslednjic pridem na trening, kot da se ne bi nič zgodilo | DA | NE |
| d) Izboljšam, ali naredim to, kar mi je trener rekel in tako popravim odnos | DA | NE |
| e) Se iz protesta do trenerja posvetim drugi dejavnosti | DA | NE |
| f) "Trener ima raje druge igralce, kot mene!" | DA | NE |
| g) Se pomirim tako, da si rečem, da se s trenerjem nihče ne razume prav dobro | DA | NE |

4) Ali veš, kaj so obrambni mehanizmi?

- a) Da
- b) Ne

(1) Če da, ali se zavedaš, da jih ljudje uporabljamo vsak dan?

- (a) Da
- (b) Ne

Hvala za sodelovanje!