

Fig. 5. Kategoriemotionernes indplacering på feltet for affekregulering ?

? (De primære dyader er indramme)

HENIMOD EN INTEGRERET FORSTÅELSE AF EGO-FORSVAR.

(Plutchik,2000)

FORSVAR ER EN AUTOMATISK UBEVIDST REAKTION PÅ EN
KOMPLEKS, BLANDET EMOTIONEL TILSTAND MED EN
DOMINERENDE EMOTION PLUS ANGST.

F.eks.

Forskydning involverer vrede blandet med angst for at vise vrede.

Projektion involverer afsky for (eller afvisning) af selv, blandet med angst for selvhadet.

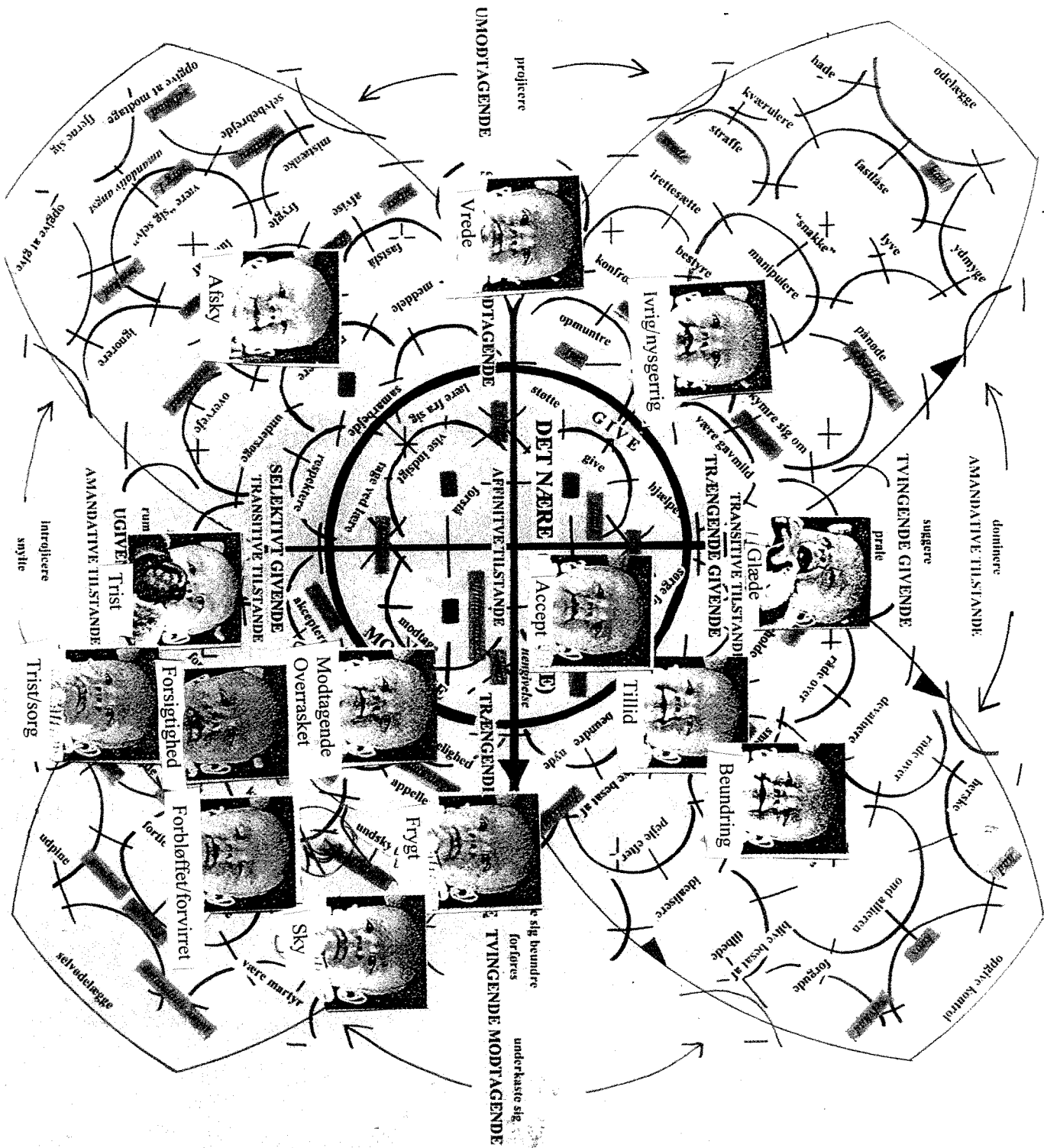
Compensation involverer tristhed over et tab og angst for hvorvidt det mistede objekt kan genvindes.

Benægten involverer en persons ukritiske accept eller falsifikation af vedkommendes perception af et potentielt farligt eller ubehageligt objekt blandet med angst for de mulige konsekvenser.

Reaktionsdannelse involverer ønsket om ”lastefulde” oplevelser blandet med angst for at udtrykke sådanne følelser.

Regression involverer ønsket om hjælp til vanskelige situationer blandet med angst for behovet for hjælp.

Osv.



Manglende affektregulering og udviklingen af psykopatologi

Barnet udtrykker vitalitets- og kategoriale motioner (aktiverende)



Manglende interaktiv affektregulering. Misattunement. Manglende markerede emotioner. Manglende reparation. ("Errors of omission": Undgåelse, lukke af, benægten mv. "Errors of commission": Kritisere, ydmyge, tvangshandlinger mv.)



Aktiverer tilknytningssystemet. Patogenetiske "røde" signal-affekter (inhiberende). Angst. Smerte. Affektfobi. Hjælpeløshed. Ubærlige, smertefulde tilstande af alenehed, forladthed.



Forsvar. Dissociation. Taktiske forsvar. Primitive forsvar. Formelle forsvar.



Symptomdannelse. Depression (anaklitisk, introjektiv), panikanfald, isolation, dependens, mindreværdsfølelser mv. DSM-IV akse II.

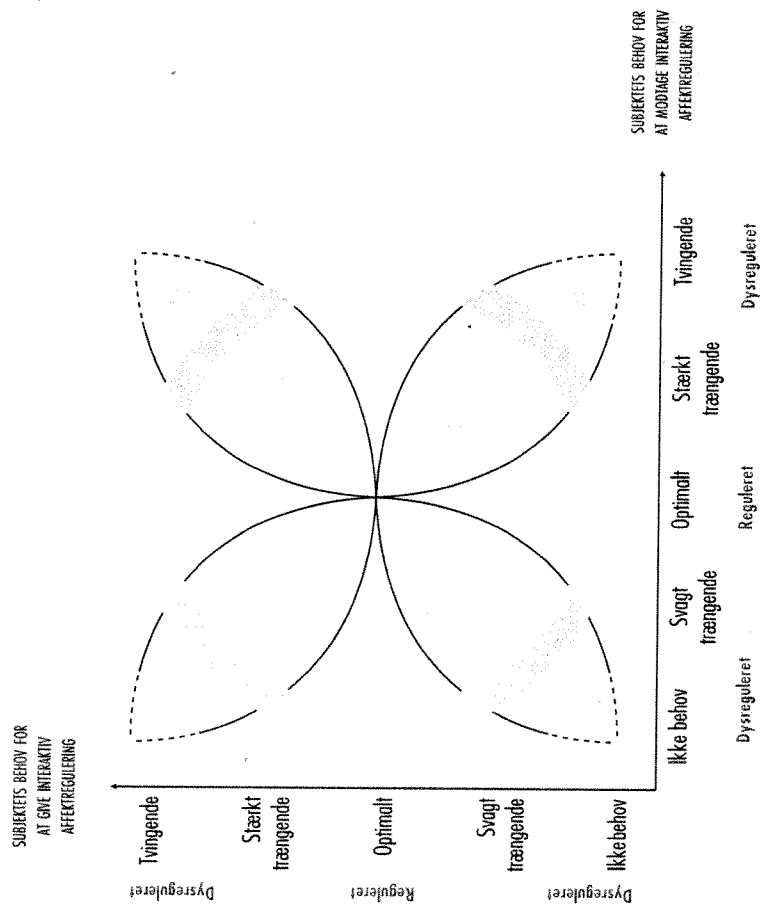
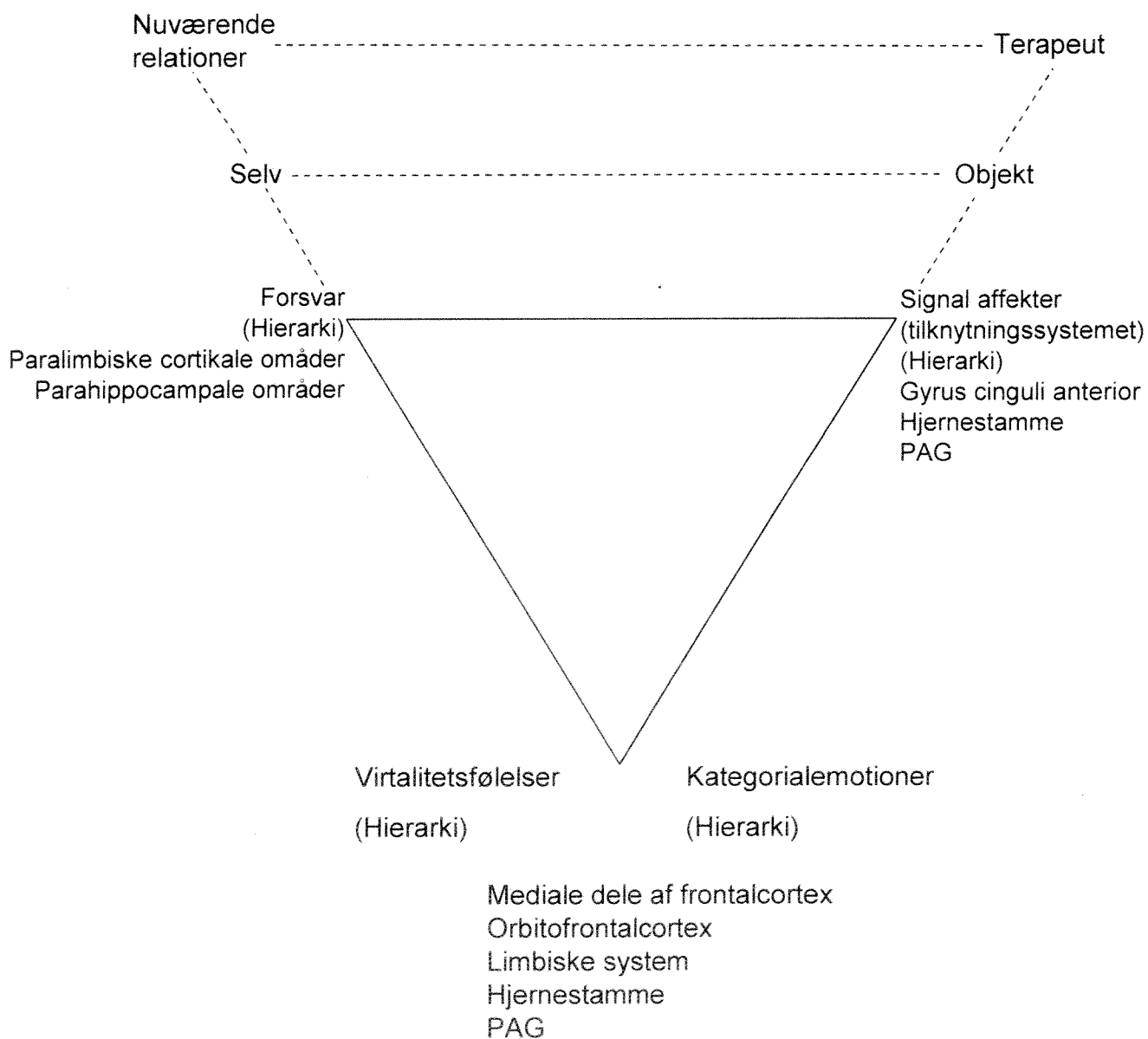


Fig. 2. Behovet for affektregulering

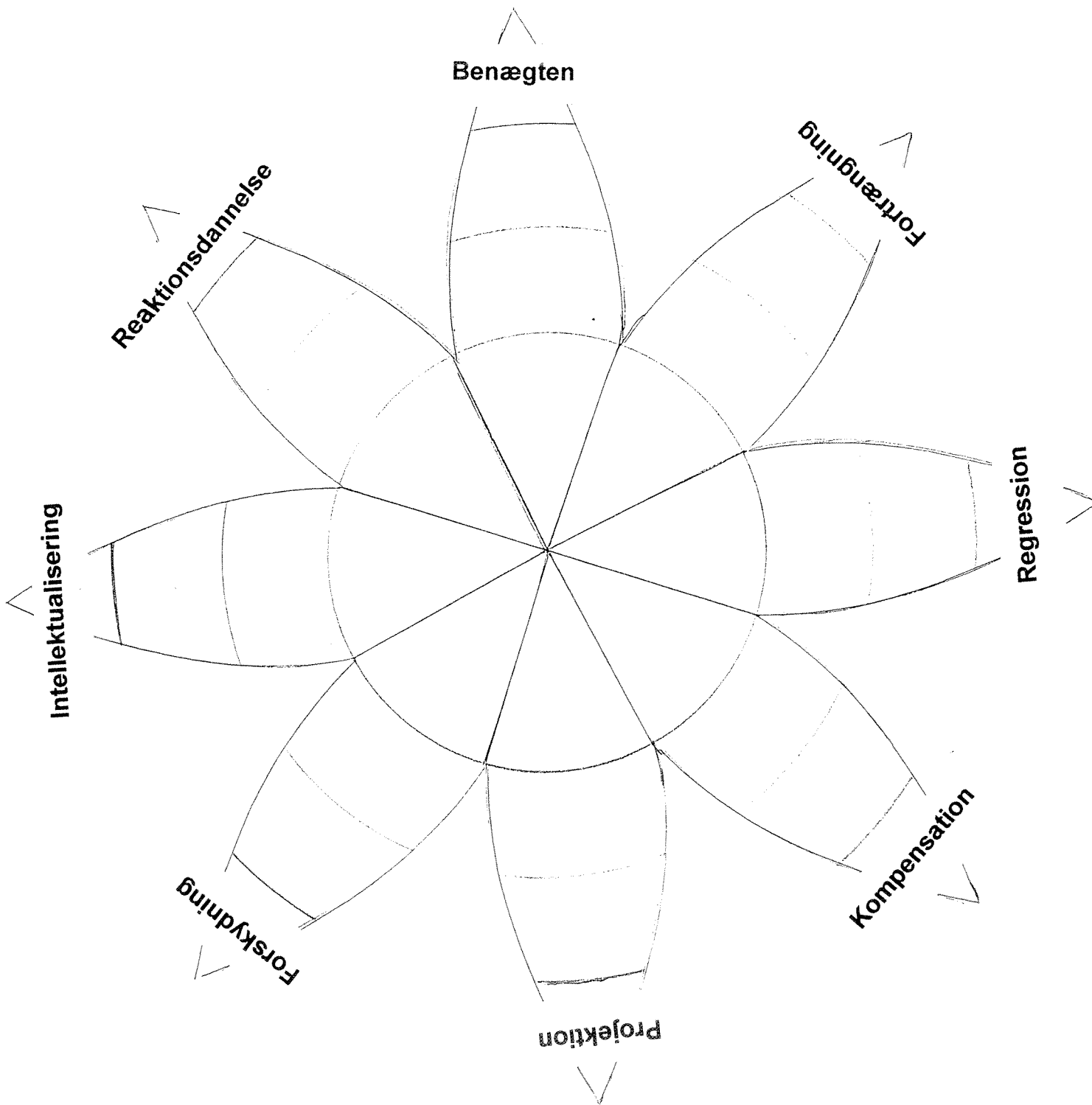
Hierarki i forsvar, aktiverende og inhiberende affekter



Tabel 4 – Plutchik, (2000), p 119

Ego-forsvarets underliggende struktur

Ego-forsvar	Associerede træk	Sociale behov	Metode	Funktion
Intellektualisering	Tvangspræget, dominerende, besidderisk	Behov for at kontrollere alle sociale relationer	Finde en rationel forklaring på alle handlinger	At undgå manifestationen af pludselige eller uacceptable impulser
Regression	Impulsiv, rastløs, underkontrolleret	Behov for at agere alle impulser ud	Udtrykke impulsiv og umoden adfærd	At opnå accept af impulsive handlinger
Fortrængning	Sky, passiv, apatisk, lydige	Behov for at undgå eller trække sig fra sociale relationer	Glemme smertefulde oplevelser	At fastholde passivitet og undgå beslutninger og angst
Forskydning	Aggressiv, provokerende, kynisk	Behov for at finde en sydebuk som kan absorbere fjendtlighed	Angribe et symbol eller substitut for kilden til frustration	At udtrykke vrede uden frygt for gengældelse
Reaktionsdannelse	Altruistisk, puritansk, samvittighedsfuld, moralsk	Behov for at vise god (eller korrekt) adfærd	Ændre følelse af interesse til deres modsætning	At skjule interesse i slem og særligt seksuel adfærd
Kompensere	Pralende, dagdrømmer, bekymret om utilstrækkelighed	Behov for at blive anerkendt, beundret og rost	Overdrive positive aspekter ved selv	At forbedre en opfattet svaghed eller erstatte et tab
Benægten	Ukritisk, tillidsfuld, påvirkelig, godtroende, romantisk	Behov for at undgå konflikter i sociale relationer	Tolke trusler og problemer som milde	At fastholde en følelse af at være holdt af eller elsket
Projektion	Kritisk, fejlfinding, beskylde	Behov for at identificere mangler og defekter ved andre	Beskylde eller være hyperkritisk	At mindske følelser af utilstrækkelighed, skam eller personlige skavanker



De otte basale forsvar og coping-strategier (Plutchik, 2000, p.122)

1. **Forsvar:** *Intellektualisering, sublimering, ophævelse, rationalisering.* Ubevidst kontrol af følelser og impulser ved overdreven afhængighed af rationelle fortolkninger af situationer.
Coping: *Kortlægning.* Tilegne sig så meget information om et problem som muligt før der handles eller tages en beslutning.
2. **Forsvar:** *Regression, 'acting-out'.* Trække sig tilbage til mere umodne mønstre af adfærd og tilfredsstillelse ved stress.
Coping: *Søge hjælp.* Bede andre om assistance til at hjælpe med at løse et problem.
3. **Forsvar:** *Fortrængning, isolation, introjektion.* En ide og/eller dens associerede følelser udelukkes fra bevidstheden for at undgå smertefulde konflikter eller trusler.
Coping: *Undgåelse.* Et forsøg på at løse et problem ved at undgå personen eller situationen som tænkes at have skabt problemet, eller ved "tanke-stop" eller at vende opmærksomheden væk fra problemet.
4. **Forsvar:** *Forskydning.* Udledning af indestængte emotioner, normalt vrede på objekter, dyr eller mennesker som ses som mindre farlige for individet end dem, der oprindeligt fremkaldte følelsen.
Coping: *Substitution.* Et forsøg på at løse problemet ved at gøre ikke-relaterede behagelige aktiviteter, fx reducere spændingsrelaterede problemer ved at bruge meditation, træning eller alkohol.
5. **Forsvar:** *Reaktions-dannelse.* Forhindre udtryk af uacceptable lyster, specielt seksuelle eller aggressive, ved at udvikle eller overdrive den modsatte holdning og adfærd.
Coping: *Ombytning.* Løse problemet ved at gøre det modsatte af hvad man føler; fx smile selvom man er vred.
6. **Forsvar:** *Kompensation, identifikation, fantasi.* Udviklingen af styrke indenfor et område for at opveje en virkelig eller forestillet mangel i et andet.
Coping: *Forbedre skavanker.* Løse problemet ved at forbedre svagheder eller begrænsninger som eksisterer enten i en selv eller i den situation man er i.
7. **Forsvar:** *Benægten.* Manglende bevidsthed om bestemte begivenheder, oplevelser eller følelser som ville være smertefulde at erkende.
Coping: *Minimering.* Et forsøg på at løse problemet ved at antage at problemet ikke er så vigtigt som andre mennesker synes.
8. **Forsvar:** *Projektion.* Ubevidst afvisning af emotionelt uacceptable tanker, træk eller ønsker samt at tillægge dem til andre personer.
Coping: *Beskyld.* Beskyld andre personer eller 'systemet' for problemets forekomst.

FORSVARSMEKANISMER ELLER MESTRINGSSTRATEGIER

Modne	Primitive
sublimering	splitting
fortrængning	primitiv idealisering
regression	omnipotens
intellektualisering	devaluering
isolering	projektiv identifikation
reaktionsdannelse	benægten
forskydning	acting out

	Empatiniiveau	Reflekset funktions- og meningsniveau	Sandsynlige tilknytning	Mulige forsvar	
1	Ingen eller ringe emotionel smitte Det gryende selv (0 – 2 mdr.)	-1,1 "Poor" "	Ubearbejdet (U) Desorganiseret (D) Afvisende (Ds1) Undgående (A)	Dissociation = sympatisk (Kamp/flugt, hjernestamme, amygdalaniveau. Primitiv teleologisk modus: "ødelægge", "pine", "ydmyge", "acting out", "selvødelægge", "selvpine", "selvydmyge"). Dissociation I = sympatisk og parasympatisk (Tonick immobilitet. Primitiv ækvivalens modus: "sammensmeltning", "opgive kontrol", "kaos"). Dissociation II = vegetativ parasympatisk (Fastfrysning, hjernestammeniveau. Primitiv "pretend" modus: "opgive at give og modtage "lukke af"). Primitiv benægten ("lukke af").	P r i m i t i v t f o r s v a r M o d e n t f o r s v a r
2	Emotionel smitte: Enshed eller adskillelse Kerneseivet (2 – 6 mdr.)	3 "Moderate"	Ubearbejdet (U) /desorganiseret (D) Utryg/fraværende (E2, E3) Krævende og/eller vred, overdreven afhængighed (C) Afvisende (Ds2, Ds3)/undgående (A)	Projektion (objektløs) Skizoid fantasi Somatisering	
3	Emotionel smitte. Selvcentreret og sympatiserende Det intersubjektive selv (6 – 12 mdr.) Det verbale selv (12 – 18 mdr.)	5 "Good"	Utryg/fraværende (E1) – C hos børn Afvisende (Ds4) /undgående (A)	Idyllisering Projektiv indentifikation Splitting Idealisering	
4	Emotionel smitte og evne til selvregulering så personen både er ens med og forskellig fra den anden (< 18 mdr.)	7 "Very high"	Sikker (F1, F5) -B hos børn	Intellektualisering Regression Fortrængning Forskydning Reaktionsdannelse Kompensation Benægten	
5	Som under 2, blot i højere grad og mere nuanceret.	9 "Very high"	Sikker (F2, F3, F4) -B hos børn	Projektion (objektrettet) Altruisme Humor Askese Sublimering Antiripation	