Já a obranné mechanismy (Anna Freud)

Pro recenzi jsem si zvolila knihu Já a obranné mechanismy od Anny Freud, kterou asi netřeba blíže představovat. Tématem této knihy, jak už z názvu vyplývá, jsou obranné mechanismy. Kniha je rozdělena do 4 dílů, které jsou dále rozděleny na dílčí kapitoly. Kniha je celkově velmi strukturovaná, avšak určitá témata či informace se prolínají napříč celou knihou. Na začátku knihy nás autorka stručně seznamuje s ústředními pojmy a teoretickými koncepty. V dalších částech již autorka představuje jednotlivé typy obranných mechanismů, které krásně aplikuje na různé kazuistiky z její praxe.

Při čtení mě zaujal hned první díl, kde autorka skvěle vykresluje posun v psychoanalytickém myšlení, kdy od prvotního zaujetí nevědomím a ono se do záře reflektoru dostává také vědomí, já a nadjá. Rovněž oceňuji rozebrání jednotlivých psychoanalytických technik, poukázání, na kterou instanci osobnosti se zaměřují, a následný apel na komplexní přístup kombinující jednotlivé techniky, aby nebylo já či ono v terapii opomíjeno.

V dalších částech knihy se mi velmi líbilo, že jednotlivé typy obran byly vysvětleny nejen na úrovni teoretické, ale také na úrovni praktické. Obranné mechanismy tak byly prezentovány v široké škále projevů a zároveň bylo ukázáno, jak se v reálné zkušenosti různě kombinují. Mnohdy jsem při čtení přemýšlela o tom, jak tenká hranice mezi jednotlivými obrannými mechanismy občas bývá a jak obtížná jejich identifikace může být.

Pokud bych měla hledat kritiku, vycházela by nejspíše z klasické rétoriky kritiků psychoanalýzy. Jelikož mé přirozené myšlení ne vždy souzní s psychoanalytickými koncepty, neztotožňuji se se vším, co je v knize napsáno. Myslím si však, že tuto kritiku zde není třeba více rozebírat.

Kniha pro mě byla obecně velmi čtivá a srozumitelná. Myslím si, že i v dnešní době je při práci s klienty o obranných mechanismech v souvislosti s úzkostí přemýšlet. Velmi oceňuji autorčin komplexní přístup ke klientům a také zmínění potřeby odlišných přístupů při práci s dětmi. Myslím si, že kniha je vhodná spíše pro čtenáře, kteří jsou obeznámeni se základními psychoanalytickými koncepty. Pro laického čtenáře by kniha byla pro pochopení velmi obtížná.