

## Przedmowa do wydania polskiego

Pan Jourdain, molierowski bohater komedii *Mieszczanin szlachcicem*, wyraził ogromne zdziwienie, dowiedziawszy się, iż całe życie mówił prozą, a nigdy nie zdawał sobie z tego sprawy: „zatem ja już przeszło czterdzieści lat mówię prozą, nie mając o tym żywnego pojęcia”<sup>1</sup>. Podobnie można opisać postawę nas, współczesnych wobec dorobku Anny Freud. Jesteśmy zaskoczeni, kiedy okazuje się, że nieustannie korzystamy ze zdobytej przez nią wiedzy, ale osoba, której to zawdzięczamy, pozostaje dla większości z nas anonimowa.

Przetaczają się publiczne dyskusje o konieczności towarzyszenia dziecku w szpitalu, o potrzebie tworzenia rodzin zastępczych w miejsce instytucji opiekuńczych, o konsekwencjach braku więzi emocjonalnej z dzieckiem. Nikt nie wspomina jednak przy tej okazji, iż źródła naszej wiedzy o wspomnianych problemach sięgają kilkudziesięciu lat wstecz, kiedy do Anna Freud i jej współpracownicy rozpoczęli żmudne obserwacje dzieci umieszczonych w Hampstead War Nurseries. Sławna psychoanalityczka przyglądała się wtedy dzieciom ewakuowanym z bombardowanego Londynu i doszła do jakże zaskakującego wówczas wniosku, iż naloty bombowe są „po prostu nowym symbolem starych lęków”<sup>2</sup>, pełnią w dziecięcym umyśle podobną funkcję jak strachy, duchy czy błyskawice w latach pokoju. A jeśli w dzieciach budzi się przerażenie, to... z powodu przerażenia ich matek. Już wówczas Anna Freud zdała sobie sprawę, że z perspektywy emocjonalnego rozwoju dziecka lepiej jest być z matką nawet w bardzo trudnych warunkach, niż zyskać fizyczne bezpieczeństwo, płacąc za to rozstaniem z nią. Wiedza zdobyta w tamtym czasie skłoniła badaczkę do przeprowadzenia pod koniec lat 40. XX w. kampanii, której celem było przygotowywanie dzieci do pobytu w szpitalu oraz zachęcanie matek, by przebywały tam wraz z nimi. Bardzo przejmowała się trudnością, z jaką pediatrizy i pielęgniarki przyjmowali do wiadomości informację, że choroba fizyczna, hospitalizacja, zabiegi medyczne itp. wywierają ogromny wpływ na emocjonalny rozwój dziecka. Jej obserwacje przyczyniły się także do reorganizacji pracy placówek opiekuńczych, w których podjęto próby stworzenia małych grup pozostających pod opieką tej samej opiekunki pełniącej funkcję „zastępczej” matki. Mimo upływu lat postulaty badaczki nie straciły na aktualności.

Koncepcja Anny Freud miała również wpływ na współczesne prawo rodzinne i opiekuńcze. To dzięki jej odkryciu, iż dziecięce odczuwanie upływu czasu różni się od przeżyć osoby dorosłej, że dziecku potrzebne są trwałe więzi emocjonalne – zmienił się sposób myślenia o adopcji, opiece instytucjonalnej, przyznawaniu opieki nad dzieckiem w sytuacji rozvodu. Piszac w latach 70. XX w. książki *Beyond the best interests of the child* (Poza tym, co leży w najlepszym interesie dziecka), *Before the best interests of the child* (Zanim weźmie się pod uwagę najlepszy interes dziecka) i *In the best interests of the child* (W najlepszym interesie dziecka), zwracała uwagę, że to, co z punktu widzenia urzędnika jest niezadowolającą postawą rodzicielską, może być o wiele mniej szkodliwe niż rozłąka z rodzicem. Stąd wywodzi się współczesny postulat niesienia pomocy rodzinie dysfunkcyjnej zamiast odbierania jej władzy rodzicielskiej. Wykładając prawo na Wydziale Prawa Uniwersytetu w Yale, Anna Freud uczyła swoich studentów wczuwania się w sytuację dziecka, które musi sobie radzić z narzuconymi przez sąd ograniczeniami w kontaktach z rodzicem, nakłaniania do myślenia z perspektywy dziecka o tym, którego rodzica bardziej

<sup>1</sup> Molier, *Mieszczanin szlachcicem*, w: idem, *Teatr. Wybór*, PIW, Warszawa 1972, s. 150.

<sup>2</sup> A. Freud, *Reports on the Hampstead Nurseries 1939-1945*, w: *Writing of Anna Freud*, t. 3, New York 1942, s. 169.

potrzebuje, zamiast o tym, który rodzic (z perspektywy społeczeństwa) bardziej zasługuje na przyznanie mu praw rodzicielskich. Wydaje się, że my także „już przeszło czterdzieści lat mówimy prozą nie mając o tym żywnego pojęcia...”.

Zainteresowanie Anny Freud psychiką dziecięcą rozpoczęło się już pod koniec drugiego dziesięciolecia XX w. Była pionierem psychoanalizy dzieci i młodzieży. Jedyne Hermína Hug-Hellmuth zajmowała się przed nią tym zagadnieniem. Dlatego w wydanej przez Annę Freud w 1936 r. książce *Ego i mechanizmy obronne* większość przykładów klinicznych pochodzi właśnie z pracy z małymi pacjentami. Podjęła ona w niej temat procesów psychicznych właściwych okresowi dojrzewania z jego zjawiskiem idealizmu młodzieńczego, potrzebą identyfikacji, odrzuceniem autorytetów rodzicielskich na rzecz idoli, uznając owe procesy za wyraz normy rozwojowej (choć – jak sama pisała – dojrzewający człowiek, na pierwszy rzut oka, swym funkcjonowaniem przypomina nieco psychotyka). Jak bardzo było to rewolucyjne, okazało się po wielu latach, kiedy amerykańskie społeczeństwo zarzucało dr Benjaminowi Spock’owi, który – wykorzystując wiedzę psychoanalityczną – napisał swój słynny podręcznik na temat wychowania dzieci<sup>3</sup>, iż zawarte w nim treści były odpowiedzialne za rewoltę 1968 r. Kolejne pokolenia polskich matek, które sięgały po ów sławny podręcznik i zachęcane przyzwoleniem autora przytulały swe niemowlęta wbrew radom swych matek i babek sugerujących, iż płacz sprzyja rozwojowi płuc – także nie miały świadomości, iż korzystają z owoców bogatych obserwacji i badań, które zapoczątkowała Anna Freud. Tymczasem to właśnie ona, już w latach 40. XX w. pisała, iż w sytuacji małego dziecka „jego potrzeby emocjonalne są ogromne, [a] bezradność przytłaczająca”<sup>4</sup>.

Podobne są losy autorskiej koncepcji Anny Freud – mechanizmu identyfikacji z agresorem – opisaney po raz pierwszy w książce *Ego i mechanizmy obronne*. Współcześnie nikt nie ma wątpliwości, iż ofiary przemocy o wiele częściej same stają się agresorami niż ci, którzy tej przemocy nie doświadczyli. Niewiele jednak osób ma świadomość, że to Anna Freud pierwsza opisała ten proces. Ukazała ona, że dziecko, postawione wobec zagrożenia zewnętrznego pochodzącego od autorytetu, identyfikuje się z nim poprzez przyswojenie sobie jego agresji lub przez przyjęcie pewnych oznak władzy, które go symbolizują. Jak zauważyła Anna Freud – dochodzi w ten sposób do odwrócenia ról: ten, kto doświadczał agresji, zamienia się w agresora, dzięki czemu radzi sobie ze swym lękiem. Właśnie z tej wiedzy czerpią współczesne programy profilaktyki i terapii przemocy w rodzinie.

Anna Freud była nie tylko świetnym praktykiem obdarzonym niezwykłą intuicją. Jej wkład w rozwój teorii psychoanalitycznej jest równie doniosły, a niniejsza książka jest tego przykładem. Parafrazując słowa jednego z wiedeńskich psychoanalityków: tam, gdzie „siadywał Freud i uczył nas o popędach, teraz siedzi... Anna i uczy nas o mechanizmach obronnych”<sup>5</sup>. Terminu „obrona” po raz pierwszy użył Sigmund Freud w swojej pracy z 1894 r. – *The neuro-psychoses of defence*<sup>6</sup>. Pojęcie to opisywał wówczas jako odpowiedź ego na niemożliwe do pogodzenia ze sobą informacje. Początkowo Freud używał terminów „obrona” i „wyparcie” w sposób zamienny, jakby oznaczały to samo zjawisko. Właściwe rozróżnienie wprowadził wraz z koncepcją strukturalnego modelu umysłu w 1926 r.<sup>7</sup> Pisał wówczas: „niewątpliwie korzystne będzie wrócić do dawnego pojęcia „obrony” [...] jako ogólnej nazwy dla wszystkich technik wykorzystywanych przez ego w sytuacji konfliktu, który może prowadzić do nerwicy, podczas gdy termin „wyparcie” zachowany zostanie do

<sup>3</sup> B. Spock, *Dr Spock's baby and child care*, New York 1945.

<sup>4</sup> A. Freud, D. Burlingham, *Infants without families and reports on the Hampstead Nurseries 1939-1945*, New York 1945.

<sup>5</sup> R.F. Sterba, *Reminiscences of a Viennese Psychoanalyst*, s. 130, za: L. Appignanensi, J. Forrester, *Kobiety Freuda*, Jacek Santorski & Co, Warszawa 1999, s. 311.

<sup>6</sup> S. Freud, *The neuro-psychoses of defence*, Standard Edition, t. 3.

<sup>7</sup> Idem, *Inhibitions, symptoms and anxiety*, Standard Edition, t. 20.

opisu szczególnej metody obrony”<sup>8</sup>. Strukturalny model umysłu stał się inspiracją dla twórców współczesnej psychologii ego.

W latach 30. XX w. ukazały się trzy kluczowe prace dla rozwoju tej dyscypliny. Były to: *Character analysis* Wilhelma Reicha (1933), *Ego psychology and the problem of adaptation* Hinza Hartmanna (1939) oraz właśnie *Ego i mechanizmy obronne* Anny Freud (1936). W książce tej autorka, zebrawszy wymieniane wcześniej przez Sigmunda Freuda w różnych jego pracach mechanizmy obronne, przedstawiła pierwszy, systematyczny opis obrońskiego funkcjonowania ego. Opis ten autorka opatrzyła bogatym materiałem klinicznym pochodzącym z własnej praktyki terapeutycznej. Jednakże Anna Freud nie ograniczyła się jedynie do uporządkowania istniejącej już wiedzy. Zgodnie z charakterystycznym dla niej podejściem do psychoanalizy jako „psychologii normalności”, ukazała w swej książce zależności między normą a patologią w funkcjonowaniu ego. Badając ogólne tendencje tej struktury na różnych poziomach jej rozwoju, „uświadomiła sobie, że niektóre z nich są normalnymi sposobami radzenia sobie z konfliktami właściwymi odpowiednim fazom rozwoju. Pokazała, że to, co jest normą w jednym stadium – przestaje nią być kilka lat później. I odwrotnie: niektóre, najbardziej patologiczne zachowania ludzi dorosłych mają swój odpowiednik w normalnym rozwoju dziecka. W ten sposób jej książka przerzuciła most między patologią a badaniami nad normą rozwojową”<sup>9</sup>.

W tej samej książce Anna Freud przedstawiła także mechanizmy analizy ego (inaczej analizy obron), podkreślając konieczność włączenia jej do ogólnej techniki psychoanalitycznej obok istniejącej do tej pory analizy życia popędowego. W *Ego i mechanizmy obronne*, do 10 znanych wówczas mechanizmów obronnych: wyparcia, reakcji upozorowanej, projekcji, introjekcji, regresji, sublimacji, izolacji emocjonalnej, anulowania, odwrócenia i zwrócenia przeciwko sobie – dodała dwa nowe, „będące jej oryginalnym wkładem do teorii, oba [...] klasyczne już dziś w psychologii ego”<sup>10</sup>. Były to: „identyfikacja z agresorem” oraz „altruistyczne wyrzeczenie”. Anna Freud, choć pozostała wierna koncepcjom ojca i nie odrzuciła teorii popędów, jednak przypisała im nieco mniejsze znaczenie w rozwoju akcentując jednocześnie wagę struktury ego w umyśle człowieka. Ponieważ zgodnie z definicją struktura ta pośredniczy między światem zewnętrznym a wewnętrzną rzeczywistością człowieka – zainteresowanie, jakim obdarzono ego, umożliwiło dalsze poszukiwania uwarunkowań rozwoju psychicznego, tym razem natury społecznej i konstytucyjnej.

Jednakże Annę Freud zajmowali nie tylko indywidualni pacjenci korzystający z leczenia psychoanalizą. Interesowała ją poprawa losu wszystkich dzieci. Za cel postawiła sobie minimalizowanie ryzyka urazów psychicznych, na jakie mogą być narażone dzieci w trakcie swego rozwoju, i zapobieganie wszelkim zakłóceniom tego procesu. W latach 30. XX w. rozpoczęła wykłady dla rodziców oraz nauczycieli i poświęciła tej idei bez mała pół wieku (pracowała do ostatnich miesięcy życia). Echo jej wysiłków obecne jest do dziś w rozmaitych poradnikach i podręcznikach wychowania. Cechował ją rzadki u psychoanalityków optymizm co do skuteczności „oświeceniowej” pracy z osobami sprawującymi opiekę nad dziećmi, optymizm, który z perspektywy dziesiątków lat, jakie dzielą nas od daty pierwszego wydania *Ego i mechanizmów obronnych*, okazał się jednak całkowicie uzasadniony.

Małgorzata Ojrzynska

Warszawa, październik 2004

---

<sup>8</sup> Ibidem, s. 163.

<sup>9</sup> L.M. Newman, *Anna Freud*, w: *International Encyclopedia of the Social Science, Biographical Suppl.* 18, Macmillan, New York 1979, s. 194.

<sup>10</sup> L. Appignanesi, J. Forrester, *Kobiety Freuda*, s. 310.

## Przedmowa do wydania z 1966 roku

Niniejsza książka, jak wskazuje na to tytuł, dotyczy wyłącznie jednego, wybranego problemu, a mianowicie środków i metod, za pomocą których ego unika przykrości i lęku oraz uczy się kontrolować zachowanie, uczucia i pragnienia popędowe.

W chwili pierwszego wydania książki tak szczegółowe badanie ego oraz potraktowanie go na równi z nieświadomymi procesami przebiegającymi w id było nowatorskim podejściem, jak na owe czasy. W ciągu trzydziestu lat, jakie od tamtej pory upłynęły, wiele się zmieniło. Ego stało się równoprawnym obiektem badań psychoanalitycznych. W roku 1936 wystarczyło wyliczyć mechanizmy właściwe dla ego, objaśnić sposób ich działania, zbadać kolejność, w jakiej się pojawiają oraz ocenić rolę, jaką organizacja obronna pełni w zachowaniu zdrowia lub utrzymaniu choroby. Dziś nie obyłoby się bez odniesienia osiągnięć ego w sferze obronnej do innych aspektów tej struktury (defektów pierwotnych, aparatów, funkcji, autonomii etc.).

Uwzględnienie w *Mechanizmach obronnych* także i tych kwestii okazało się zadaniem nie do wykonania. Wymagałoby to daleko idących zmian grożących zakłóceniem spójności książki oraz ograniczeniem jej użyteczności. Z tego powodu zdecydowałam pozostawić pierwotny tekst w nie zmienionej postaci, a bardziej współczesne koncepcje umieścić w następnej książce, w której omawiam aspekty *Zdrowia i patologii w dzieciństwie* (*Normality and Pathology in Childhood*), ze szczególnym uwzględnieniem ich znaczenia dla rozwoju diagnozy dziecka.

Anna Freud, doktor praw  
i doktor nauk przyrodniczych

Londyn, luty 1966