



DEFENTSA SOZIALAK



NORBERAREN DEFENTSA MEKANISMOAK

Elkarketak: bakardadetik eta honek sortzen duen antsietatik defendatzen gaitu:
 -Besteak erakartzeko konfidantza
 -autoestima
 -identifikazio eta kontraidentifikaziorako ereduak

Elliot Jacques: "Las instituciones son utilizadas de forma predominantemente inconsciente por sus miembros para reforzar sus personales mecanismos de defensa contra la ansiedad y para evitar la recurrencia de las tempranas ansiedades paranoide y depresiva"



Taldea eta liderraren arteko erlazioa:

- IDENTIFIKAZIO INTROIEKTIBOA (Nia objektu batekin identifikatzen da)
- IDENTIFIKAZIO PROIEKTIBOA (Niaren ideala kanpoko objektu bategatik ordezkatzeko da, bere niaren ideala "lider"barne objektugatik)

ANTSIETATEAREN AURKAKO DEFENTSAK GIZARTE SERBITZUTAN:

1. Disoziazioa edo elkarrarteko harremanean eszisia. Ez dago konpromezurik, inplikaziorik.
2. Harremanetan despertsonalizazioa eta sujetuaren ukapena. Denak berdinak- standarizazioa
3. Distantzi profesionala eta sentimenduen ukapena. Ardura profesional gabeziaren banaketa kolusiboa.
4. Lan ardura sozial handiagotarako atribuzioaren iluntasuna. Muga eta rol ilunak. Adibidea: "koltza"
5. Ardurak sortzen duen antsietatea gutxitzea goikoengan delegatzeagatik. "Chivo emisario", "chivo expiatorio"
6. Sujetuen idealizazioa eta norberaren garapen ahalak gutxietzea. Ad: bokazioak
7. Aldaketen aurkako jarrerak. Aldaketei erresistentzia

Tizón 1988, pp.171-185
Burnout



BURNOUT

I. Elkarrekintza negatiboa: Sobrekarga/ esfortzu gehiegizkoa
 Lana ez dago ondo kokatua: eman eta eman
 Enkoadrearen desegokitasuna
 Bere mugak eta ahalak gainditzen ditu.
 DESAJUSTEA: Eskaera → ← Errekurtsuak

II. Gehiegizko sobreesfortzua: **Besteei ezin die gehiago eman:** Sentimendu negatiboak
 Frustrazioa, agresioa
 Tentsioa, nekea, antsietatea, pazientzi eza
 Distantzi emozionala
 Insolbente bezala azaltzeko beldurra

Norberaren inkopetentziaren ukapena

Bestearengan PROIEKTATZEN du errua

III. Aurre egite defentsiboa: **Sintomatologi psikologikoa:** Nekatua, gauditua bere lanean interes eza, zinismoa, zuhurra, intelektualizazioa
PROIEKZIOA: ez ditu bere sentimenduak bere gain hartzen
ISOLAMENDUA, antsietatea OMNIPOTENTZIA, bere inpotentzia gordetzeko Lan konpromezurik eza Bajak

(T)

Norbera eta instituzioaren garapena ahalbideratzea.	-LANEKO ANTSIETATEAK
Superbisioak	HOBETO MANEIAITZEA
Diskusio taldeak (parte hartzea)	AHALBIDERATZEN DUTE.
Autogestioa	
Antolakuntza propioa	-NORBANAKOEN ARDURAK

