

LA VALUTAZIONE DEI MECCANISMI DI DIFESA

Defense Mechanisms Rating Scales (DMRS)

Prof. Vittorio Lingiardi - Prof.ssa Annalisa Tanzilli

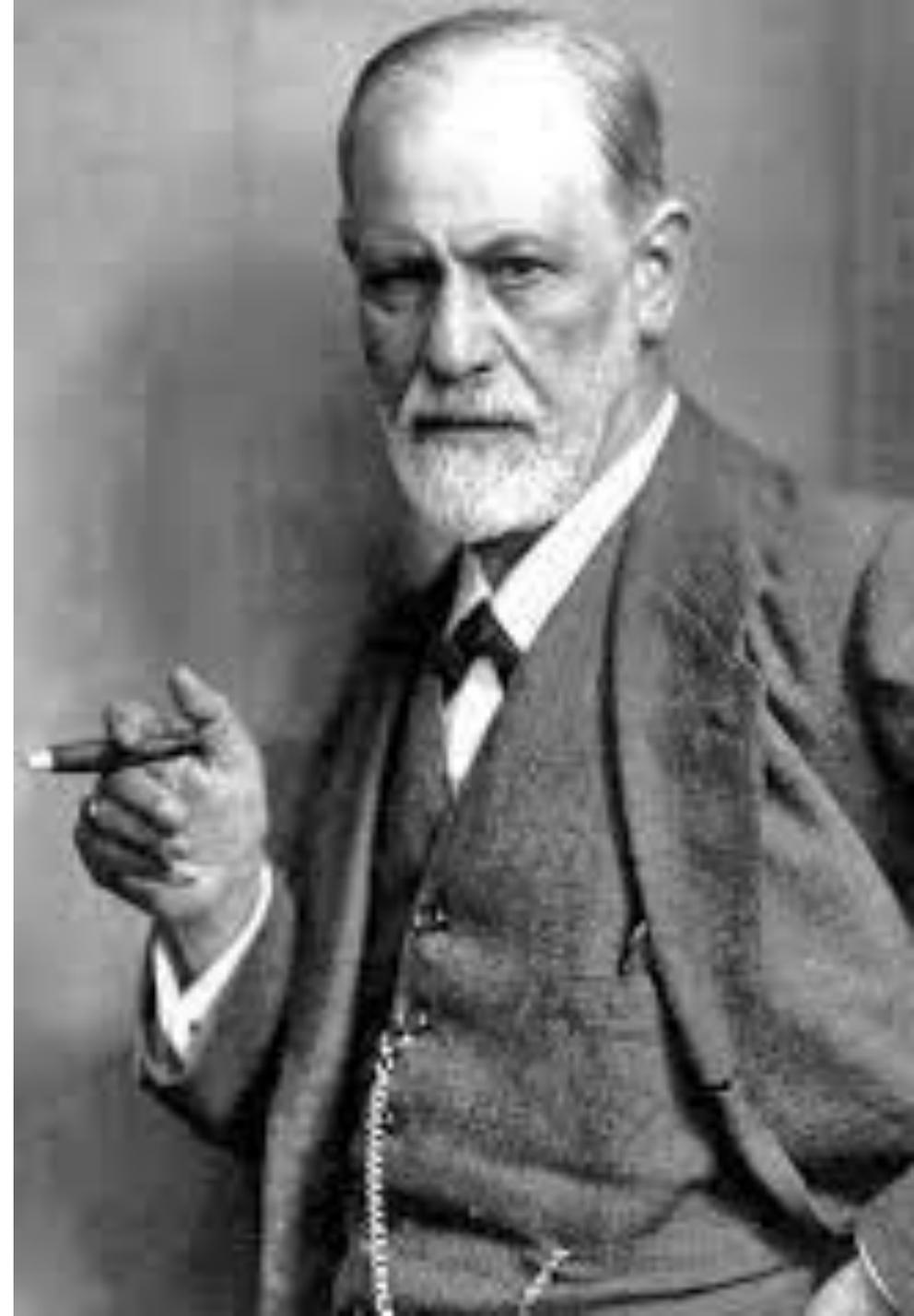
DEFINIZIONE

Strategie automatiche e non consapevoli volte a modulare l'angoscia relativa a conflitti interni o situazioni esterne stressanti che generano emozioni, pensieri e bisogni altamente disturbanti per l'individuo

(American Psychiatric Association, 2013)

SIGMUND FREUD

- Attraverso la rimozione l'individuo «risolve» il contrasto esistente tra un impulso inaccettabile e la rappresentazione dell'Io o della realtà esterna.
- Successivamente introducendo nuovi meccanismi oltre alla rimozione (*regressione, rimozione, formazione reattiva, isolamento, annullamento retroattivo, proiezione, introiezione, rivolgimento contro se stessi, trasformazione nel contrario*)
- Le difese impediscono a impulsi e desideri potenzialmente dannosi per l'individuo e la società di trovare espressione nell'azione.
- Escludono dalla coscienza idee e sentimenti che genererebbero eccessiva angoscia.



ANNA FREUD



- I meccanismi di difesa sono strumenti che l'Io attiva contro la vita istintuale. Tengono lontano dalla coscienza contenuti spiacevoli e desideri pulsionali egodistonici.
- Introduce nuovi meccanismi di difesa (*sublimazione, identificazione con l'aggressore, altruismo*).
- Le difese possono essere ordinate lungo una linea evolutivo- maturativa sulla base di quattro criteri: intensità; adeguatezza rispetto all'età; reversibilità; equilibrio tra le difese;
- Sottolinea l'aspetto adattivo dei meccanismi di difesa.
- Codice Hampstead: Primo tentativo di organizzazione dei meccanismi di difesa.

MELANIE KLEIN

- Definisce psicotici quei meccanismi di difesa primitivi che vengono impiegati contro le angosce derivanti dall'istinto di morte.
- Le difese non si limitano a proteggere l'lo da sentimenti dolorosi, ma rappresentano anche principi organizzativi della vita psichica.
- I meccanismi di difesa primitivi sono caratteristici delle prime fasi dello sviluppo psichico ([diniego](#), [la scissione](#), [proiezione e identificazione proiettiva](#)).
- descrive la proiezione come una difesa arcaica contro l'angoscia di annientamento e l'identificazione proiettiva come una caratteristica della posizione schizoparanoide.
- L'identificazione proiettiva viene definita come il prototipo della relazione oggettuale aggressiva, che rappresenta un attacco contro un oggetto attraverso l'introduzione forzata in esso di parti dell'lo, allo scopo di dominarlo.



OTTO KERNBERG



- I meccanismi di difesa possono essere definiti come fenomeni intrapsichici, volti a governare tutti quei conflitti interiori che coinvolgono al loro interno diverse componenti del soggetto, in particolare il concetto di Sè e le relazioni oggettuali interiorizzate.
- Difese di alto livello: hanno lo scopo di proteggere l'Io da conflitti intrapsichici, respingendo un derivato pulsionale o la sua rappresentazione, o entrambi, dall'Io cosciente (*rimozione, formazione reattiva, isolamento, annullamento retroattivo, intellettualizzazione e razionalizzazione*).
- Difese di basso livello: proteggono l'Io tenendo attivamente separate esperienze contraddittorie del Sè e delle altre persone significative (*scissione, proiezione, onnipotenza, svalutazione, idealizzazione primitiva, identificazione proiettiva e diniego*).

GEORGE VAILLANT

- i meccanismi di difesa sono dei processi che entrano in azione in seguito a turbamenti provenienti da bisogni istintuali, mondo esterno, coscienza morale e relazioni con altri significativi.
- classifica i diversi meccanismi di difesa secondo un ordine gerarchico basato su un continuum che ha per estremi le dimensioni maturità-immaturità e patologia-salute mentale.
- LIVELLO 1. DIFESE NARCISISTICHE-PSICOTICHE: proiezione delirante, diniego psicotico, distorsione della realtà esterna;
- LIVELLO 2. DIFESE IMMATURE: proiezione, fantasia schizoide, ipocondriasi, comportamento passivo-aggressivo, acting out, dissociazione;
- LIVELLO 3. DIFESE NEVROTICHE: isolamento/intellettualizzazione, rimozione, spostamento, formazione reattiva;
- LIVELLO 4. DIFESE MATURE: altruismo, umorismo, repressione, anticipazione, sublimazione.



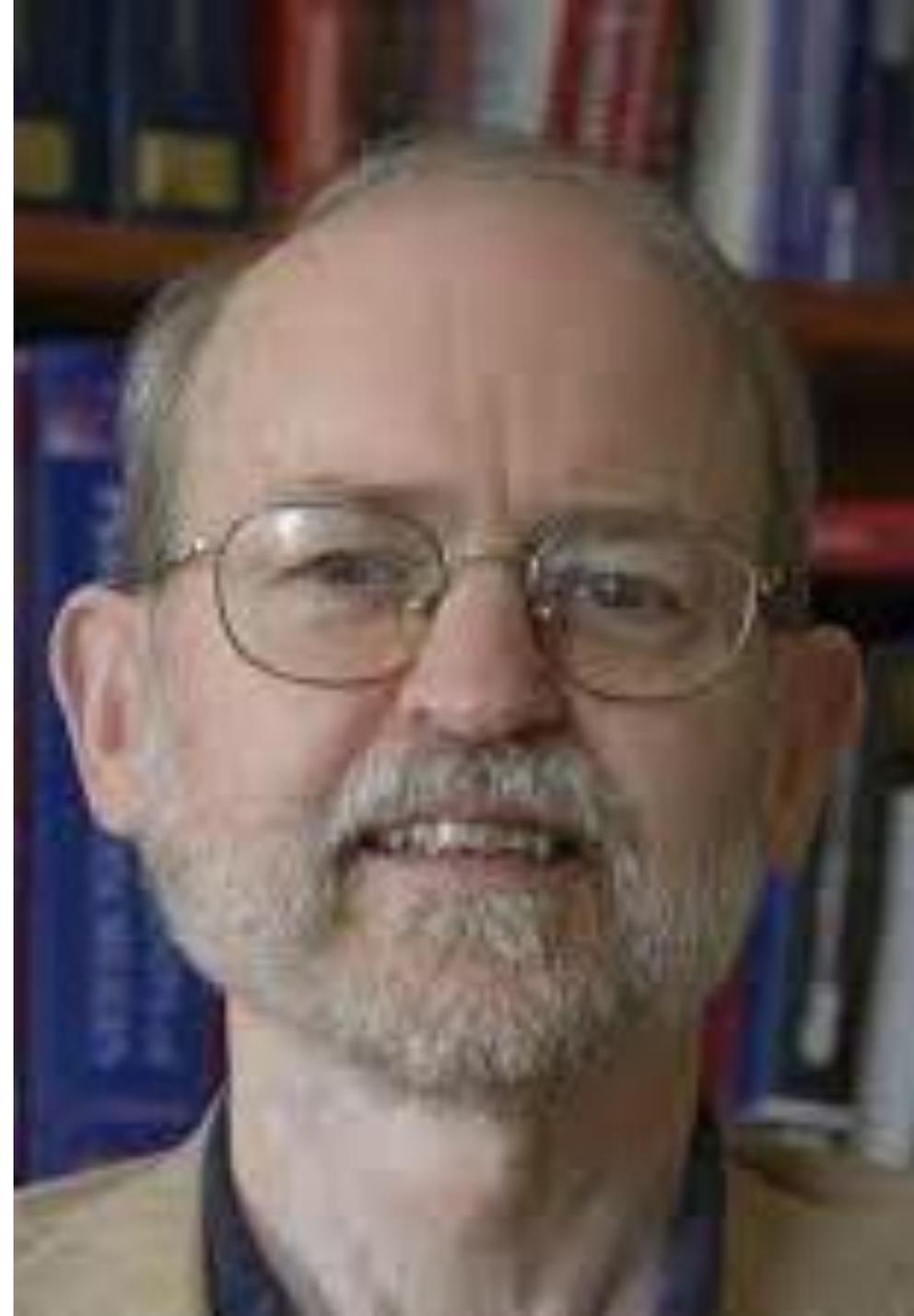
PHOEBE CRAMER



- I meccanismi di difesa subiscono un'evoluzione durante l'arco di vita. L'uso di un meccanismo di difesa dipende dal livello evolutivo della persona quanto dalla complessità cognitiva che il meccanismo stesso presuppone.
- Individua sei criteri per definire i meccanismi di difesa:
 - INCONSCIO**: operazione mentale e cognitiva che funziona al di fuori della coscienza;
 - RISPOSTA AD UNA MINACCIA PSICHICA**: operano al fine di tenere fuori dalla coscienza pensieri, impulsi e desideri inaccettabili.
 - GESTIONE DI AFFETTI AVVERSI**: evitamento o la riduzione della carica affettiva negativa
 - STABILITÀ**: Le difese sono relativamente durevoli, stabili e prevedibili
 - ADATTAMENTO**: l'uso eccessivo e rigido di una difesa può favorire la manifestazione di una psicopatologia;
 - IDENTIFICABILITÀ**: ogni meccanismo di difesa può essere distinto dagli altri.

J. CHRISTOPHER PERRY

- Rielabora la teoria di Vaillant e propone un modello gerarchico dei meccanismi di difesa empiricamente derivato.
- La gerarchia delle difese di Perry, oggi considerate la *gold-standard theory* per lo studio delle difese, è basata sulla maturità della funzione difensiva dei meccanismi di difesa.
- Definisce 30 meccanismi di difesa, gerarchicamente organizzati in 7 livelli difensivi e 3 categorie difensive.
- Sviluppa la *Defense Mechanisms Rating Scales (DMRS;* Perry, 1990) per valutazione empirica dei meccanismi di difesa.
- In anni recenti, in collaborazione con Mariagrazia Di Giuseppe, elabora una versione Q-sort (*DMRS-Q;* Di Giuseppe et al., 2014) e self-report (*DMRS-SR-30;* Di Giuseppe et al., 2020) della DMRS.



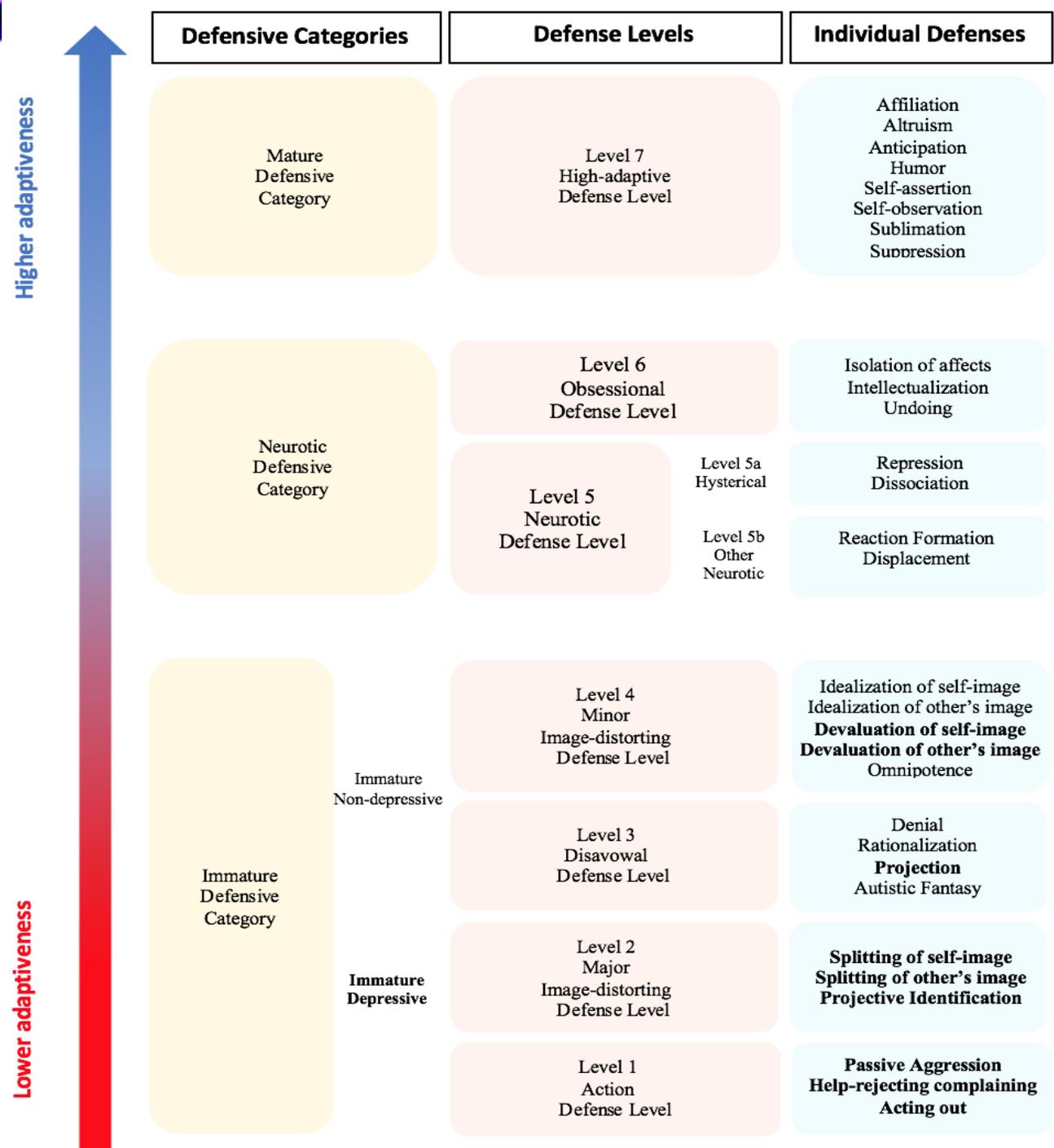
LE DIFESE NEL DSM

- La gerarchia delle difese proposta da Perry ha ispirato l'introduzione nel DSM (APA, 1987; 1994; 2000) di un asse per i meccanismi di difesa.
- **Defensive Functioning Scale (DFS)**
- *Defense mechanisms are automatic psychological processes that mediate individuals' reactions to emotional conflicts and to internal and external stressors. They often operate without individual awareness (American Psychiatric Association, 2000).*

LA GERARCHIA DELLE DIFESE NELLA TEORIA DMRS

I meccanismi di difesa si distinguono per:

- **Livello di maturità**
- **Definizione**
- **Funzione difensiva**



LE CATEGORIE DIFENSIVE

- **DIFESE MATURE:** Corrisponde al livello delle difese adattive (livello 7)
- **DIFESE NEVROTICHE:** Include i livelli delle difese ossessive e nevrotiche (livelli 6 e 5)
- **DIFESE IMMATURE:** Include i livelli delle difese di distorsione minore dell'immagine, di diniego, di distorsione maggiore dell'immagine, e di azione (livelli 4, 3, 2 e 1)
- **DIFESE DEPRESSIVE:** Include i meccanismi di difesa del livello 1 e 2 insieme a proiezione e svalutazione dell'immagine di se e dell'altro
- **DIFESE NON-DEPRESSIVE:** Include i meccanismi di difesa diniego, razionalizzazione, fantasia autistica, idealizzazione dell'immagine di se e dell'altro e onnipotenza

LIVELLO 7: DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE

- DEFINIZIONE: Il conflitto viene affrontato nella sua interezza, senza evitamento o parziale rimozione dei contenuti angoscianti
- FUNZIONE: Emozioni e pensieri inaccettabili, sgradevoli, angoscianti possono essere trasformati in forme meno minacciose
- VANTAGGIO: Producono appagamento o conseguenze indirette positive. Talvolta producono veri e propri cambiamenti nel funzionamento psico-fisico generale
- CONSAPEVOLEZZA: Totale o parziale consapevolezza da parte del soggetto che li attiva
- DIFESE: AFFILIAZIONE – ALTRUISMO – ANTICIPAZIONE – UMORISMO – AUTOAFFERMAZIONE – AUTOSSERVAZIONE – SUBLIMAZIONE - REPRESSIONE

LIVELLO 6: DIFESE OSSESSIVE

- **DEFINIZIONE:** Il conflitto viene affrontato solo da un punto di vista cognitivo. Si mantiene intatto il livello del pensiero mentre vengono rimosse le emozioni associate al conflitto.
- **FUNZIONE:** Distacco emotivo (ma non cognitivo) da conflitti angoscianti che possono essere affrontati su un piano razionale.
- **VANTAGGIO:** Permettono di affrontare parzialmente il problema e anche di arrivare a parziali soluzioni o migliore conoscenza (cognitiva) del problema
- **CONSAPEVOLEZZA:** Inconscie. Può esserci parziale consapevolezza del disagio ad esprimere emozioni su un tema significativo
- **DIFESE:** ISOLAMENTO AFFETTIVO – INTELLETTUALIZZAZIONE – ANNULLAMENTO RETROATTIVO

LIVELLO 5: DIFESE NEVROTICHE

- **DEFINIZIONE:** Rimozione di pensieri, idee e desideri angoscianti o ritenuti inaccettabili. Si mantiene l'esperienza emotiva associata al conflitto che tuttavia emerge in forma alterata rispetto all'originale.
- **FUNZIONE:** Evitamento della consapevolezza su tematiche angoscianti e tentativo di mantenimento dell'equilibrio psichico.
- **VANTAGGIO:** Permettono di affrontare le emozioni e i sintomi simbolicamente associati al materiale rimosso evitando di entrare direttamente in contatto con pensieri conflittuali.
- **CONSAPEVOLEZZA:** Inconscie. L'individuo può parzialmente riconoscere la corrispondenza tra certe emozioni e alcuni oggetti o situazioni conflittuali significative
- **DIFESE:** RIMOZIONE – DISSOCIAZIONE – FORMAZIONE REATTIVA - SPOSTAMENTO

LIVELLO 4: DIFESE DISTORSIONE MINORE DELL'IMMAGINE

- DEFINIZIONE: Attribuzione esagerata di caratteristiche positive o negative a sé stessi o ad un oggetto con possibilità di integrazione di aspetti opposti.
- FUNZIONE: Regolazione dell'autostima in risposta a sentimenti di umiliazione, impotenza.
- VANTAGGIO: Permettono di distanziarsi emotivamente e attribuire scarsa importanza a qualcosa o qualcuno che genera frustrazione e attacca l'autostima.
- CONSAPEVOLEZZA: Inconscie. L'individuo non è consapevole di operare un'alterazione cognitiva ed emotiva.
- DIFESE: IDEALIZZAZIONE DELL'IMMAGINE DI SÉ E DELL'OGGETTO – SVALUTAZIONE DELL'IMMAGINE DI SÉ E DELL'OGGETTO - ONNIPOTENZA

LIVELLO 3: DIFESE DI DINIEGO

- DEFINIZIONE: Evitamento o distorsione degli aspetti cognitivi ed emotivi relativi a pensieri, idee, situazioni che generano angoscia e che l'individuo non riconosce come propri.
- FUNZIONE: Consentono all'individuo di rimanere completamente inconsapevole di emozioni, pensieri e idee angoscianti o conflittuali.
- VANTAGGIO: Permettono di evitare di affrontare il problema.
- CONSAPEVOLEZZA: Inconscie. L'individuo non è consapevole di negare o distorcere il problema.
- DIFESE: **NEGAZIONE – RAZIONALIZZAZIONE – PROIEZIONE – FANTASIA AUTISTICA**

LIVELLO 2: DIFESE DISTORSIONE MAGGIORE DELL'IMMAGINE

- DEFINIZIONE: Distorsione massiccia (o tutto buono o tutto cattivo) e carica di contenuti emotivi di caratteristiche relative all'immagine di sé stessi o dell'altro.
- FUNZIONE: Mantenere scissi aspetti opposti dell'immagine di sé o degli altri
- VANTAGGIO: Proteggono l'individuo dall'angoscia dell'integrazione.
- CONSAPEVOLEZZA: Inconscie. L'individuo non è consapevole di operare una scissione di elementi inaccessibili dell'immagine di sé o degli altri.
- DIFESE: **SCISSIONE DELL'IMMAGINE DI SÉ E DELL'OGGETTO – IDENTIFICAZIONE PROIETTIVA**

LIVELLO 1: DIFESE DI AZIONE

- DEFINIZIONE: Aggressione diretta o indiretta verso sé stessi o altri significativi.
- FUNZIONE: Scarica verso l'esterno di sentimenti e pensieri non tollerabili.
- VANTAGGIO: Momentaneo sollievo per l'avvenuta espulsione di emozioni spiacevoli.
- CONSAPEVOLEZZA: Inconscie. L'individuo può successivamente aspettarsi conseguenti punizioni in risposta al loro utilizzo.
- DIFESE: **ACTING OUT – AGGRESSIONE PASSIVA – HELP-REJECTING COMPLAINING**



I MECCANISMI DI DIFESA NELLA DMRS

DEFINIZIONE, FUNZIONE E DIAGNOSI DIFFERENZIALE

LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**AFFILIAZIONE**»

- **Definizione:** rivolgersi ad altri per ricevere sostegno psicologico o pratico per risolvere un problema o conflitto senza delegare i propri compiti all'altro e senza aspettarsi che l'altro risolva il problema.
- **Funzione:** stabilire un legame di attaccamento positivo al fine di migliorare la propria capacità di gestire un problema o conflitto e sentirsi meno soli. Ridurre l'angoscia esperita attraverso l'espressione dei propri sentimenti e conflitti.
- **Diagnosi differenziale:** autoaffermazione; formazione reattiva; idealizzazione immagine dell'altro; scissione immagine dell'oggetto; help-rejecting complaining.



LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**ALTRUISMO**»

- **Definizione:** impegnarsi per soddisfare i bisogni degli altri come modo per soddisfare parzialmente i propri bisogni attraverso una gratificazione vicaria. Per codificare l'altruismo ci deve essere una chiara corrispondenza tra i sentimenti soggettivi e l'aiuto che si offre.
- **Funzione:** gratificare i bisogni personali attraverso l'aiutare gli altri, spesso come alternativa ad esperienze passate in cui per il soggetto l'aiuto non era disponibile o insufficiente. Incanala sentimenti negativi in comportamenti altruistici che restituiscono una percezione di superamento dell'esperienza passata.
- **Diagnosi differenziale:** repressione; formazione reattiva; proiezione; aggressione passiva.



LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**ANTICIPAZIONE**»

- **Definizione:** considerare prima che si verifichino possibili soluzioni realistiche e reazioni emotive ad un problema o conflitto, tenendo bene a mente sia gli aspetti emotivi, sia quelli cognitivi. Questo favorisce una risposta più adattiva al problema anticipato.
- **Funzione:** mitigare gli effetti di future situazioni o conflitti stressanti. Attraverso la gestione dell'ansia corrispondente all'anticipazione, si riesce a pianificare una risposta più adattiva e a diminuire l'angoscia.
- **Diagnosi differenziale:** autosservazione; annullamento retroattivo; proiezione; pensieri ossessivi e rimuginazione.



LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**UMORISMO**»

- **Definizione:** enfasi sugli aspetti ironici di una situazione stressante o conflittuale senza che questa offenda, derida o svaluti il soggetto o altri con cui ironizza. Spesso è presente una componente di autosservazione.
- **Funzione:** permette di comunicare in forma simbolica e ironica emozioni e pensieri conflittuali che non sono completamente esprimibili direttamente. Permette inoltre di allentare la tensione condividendo con altri sorrisi e risate sulla questione che genera angoscia.
- **Diagnosi differenziale:** svalutazione dell'immagine di sé e dell'oggetto; aggressione passiva.

LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**AUTOAFFERMAZIONE**»

- **Definizione:** espressione diretta dei propri sentimenti, pensieri e bisogni con tentativo di risolverli (laddove possibile) nella maniera più efficace per tutte le parti coinvolte. Non prevede comportamenti aggressivi, indiretti o manipolativi.
- **Funzione:** alleviare la tensione causata da pensieri e sentimenti angoscianti attraverso la libera espressione degli stessi a cui non segue vergogna o senso di colpa ma piuttosto percezione di efficacia.
- **Diagnosi differenziale:** annullamento retroattivo; onnipotenza; aggressione passiva.



LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**AUTOSSERVAZIONE**»

- **Definizione:** riflessione consapevole sulle proprie emozioni, desideri e comportamenti riguardanti conflitti emotivi o situazioni stressanti. Il soggetto riesce a immedesimarsi negli altri e a capire meglio le loro reazioni.
- **Funzione:** adattamento migliore alle richieste del mondo esterno tenendo conto dei propri sentimenti, pensieri, motivazioni, e comportamenti. Si tratta di un precursore per il cambiamento che comporta una crescita e un miglioramento del modo di gestire conflitti e situazioni stressanti.
- **Diagnosi differenziale:** intellettualizzazione; isolamento affettivo; rimozione e de-rimozione; razionalizzazione.



LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**SUBLIMAZIONE**»

- **Definizione:** canalizzazione di sentimenti angoscianti e impulsi potenzialmente maladattivi in comportamenti socialmente accettabili. Per essere codificata deve essere presente un forte legame funzionale tra i sentimenti angoscianti e la risposta sublimata.
- **Funzione:** espressione di impulsi, sentimenti, desideri volontariamente inibiti per il loro potenziale negativo e convertiti in forma accettabile, creativa e funzionale. Il soggetto trae gratificazione sia dall'espressione alternativa sia dal possibile risultato che ne può comportare.
- **Diagnosi differenziale:** spostamento; fantasia autistica; acting out.



LIVELLO 7 «DIFESE ALTAMENTE ADATTIVE»
CATEGORIA «DIFESE MATURE»
DIFESA «**REPRESSIONE**»

- **Definizione:** volontario e temporaneo allontanamento cognitivo ed emotivo da conflitti e situazioni stressanti allo scopo di preservare l'attenzione su questioni che il soggetto sente come più urgenti. Il materiale represso non è rimosso ma postposto, quindi può essere affrontato non appena il soggetto sente di poterlo gestire.
- **Funzione:** permettere di concentrare l'attenzione su questioni che devono essere gestite con priorità rispetto ad un conflitto o situazione stressante che il soggetto riconosce come importante ma meno urgente. Poiché il problema non viene evitato ma solo volontariamente procrastinato, l'angoscia relativa ad esso è minima e il funzionamento adattivo conservato.
- **Diagnosi differenziale:** rimozione; spostamento; negazione.



LIVELLO 6 «DIFESE OSSESSIVE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**ISOLAMENTO AFFETTIVO**»

- **Definizione:** consapevolezza cognitiva di un conflitto interno o situazione stressante in assenza di contatto con le proprie emozioni associate al problema. Il soggetto fornisce descrizioni molto dettagliate del disagio ma allo stesso tempo appare emotivamente distaccato rispetto alla narrazione.
- **Funzione:** affrontare il problema da un punto di vista cognitivo senza essere minacciati dalle emozioni ad esso associate. Tuttavia, isolando gli affetti il soggetto perde informazioni rilevanti sul suo vissuto emotivo che potrebbero aiutarlo nel prendere decisioni.
- **Diagnosi differenziale:** autosservazione; intellettualizzazione; razionalizzazione.



LIVELLO 6 «DIFESE OSSESSIVE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**INTELLETTUALIZZAZIONE**»

- **Definizione:** utilizzo di pensiero astratto o generalizzazioni volto ad evitare l'approfondimento di conflitti interni e situazioni stressanti da un punto di vista personale. La componente cognitiva del problema resta consapevole ma trattata a livello impersonale.
- **Funzione:** tenere separata o minimizzare la componente emotiva associata a conflitti personali. Il disagio personale può essere affrontato solo a livello impersonale.
- **Diagnosi differenziale:** isolamento affettivo; rimozione; razionalizzazione.

LIVELLO 6 «DIFESE OSSESSIVE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**ANNULLAMENTO RETROATTIVO**»

- **Definizione:** comportamenti (atti di riparazione) volti simbolicamente modulare ciò che poco prima è stato pensato, sentito o fatto dal soggetto. Il sentimento non è completamente evitato, ma nell'esprimerlo il soggetto sperimenta ansia, vergogna, colpa, che deve subito dopo minimizzare esprimendo emozioni, pensieri e azioni di segno opposto.
- **Funzione:** conservare una posizione di ambiguità emotiva e cognitiva rispetto ad un conflitto interno o situazione stressante. Gli atti di riparazione permettono al soggetto di sperimentare l'angoscia associata in forma alleviata.
- **Diagnosi differenziale:** intellettualizzazione; rimozione; razionalizzazione.



LIVELLO 5 «DIFESE NEVROTICHE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**RIMOZIONE**»

- **Definizione:** fenomeni di dimenticanza, atti mancati, espressioni emotive non controllate dal soggetto simbolicamente associate ad un conflitto interno o situazione stressante. L'esperienza emotiva associata al problema è mantenuta ma non è possibile integrare la componente cognitiva dell'esperienza.
- **Funzione:** protezione dalla consapevolezza di ciò che il soggetto sperimenta come stressante (nel presente o nel passato).
- **Diagnosi differenziale:** autosservazione; annullamento retroattivo; dissociazione.

LIVELLO 5 «DIFESE NEVROTICHE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**DISSOCIAZIONE**»

- **Definizione:** temporanea alterazione delle funzioni integrative della coscienza (talvolta accompagnati da comportamenti non caratteristici e inconsapevoli) dovuta all'attivazione di un affetto o impulso che opera fuori dalla consapevolezza. Sia la componente emotiva che quella cognitiva sono inconsapevoli ma espresse sotto forma di alterazione della coscienza o somatizzazione.
- **Funzione:** proteggersi dalla consapevolezza di un conflitto o situazione stressante considerata eccessivamente ansiogena o minacciosa. L'alterazione dello stato di coscienza o la simbolizzazione attraverso il corpo permettono di sperimentare l'angoscia in forma alterata e meno minacciosa.
- **Diagnosi differenziale:** rimozione; negazione; acting out



LIVELLO 5 «DIFESE NEVROTICHE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**FORMAZIONE REATTIVA**»

- **Definizione:** sostituzione nel loro opposto di emozioni, pensieri e comportamenti considerati dal soggetto inaccettabili e conflittuali. L'osservatore non vede l'alterazione in atto, ma la inferisce come risultato finale del discorso.
- **Funzione:** evitare la consapevolezza di emozioni, pensieri e desideri ritenuti inaccettabili al fine di evitare sentimenti di vergogna e colpa che il soggetto sperimenterebbe se riconoscesse le emozioni originali.
- **Diagnosi differenziale:** distorsione dell'immagine; negazione; razionalizzazione



LIVELLO 5 «DIFESE NEVROTICHE»
CATEGORIA «DIFESE NEVROTICHE»
DIFESA «**SPOSTAMENTO**»

- **Definizione:** dirottamento dei emozioni, pensieri, e comportamenti relativi ad un conflitto o situazione stressante su un oggetto con caratteristiche simili ma meno minaccioso.
- **Funzione:** permettere l'espressione dell'emozione o impulso anche se diretto verso un oggetto diverso da quello originale. Questo consente maggiore gratificazione al soggetto rispetto alle altre difese nevrotiche.
- **Diagnosi differenziale:** sublimazione; intellettualizzazione; proiezione

LIVELLO 4 «DIFESE DI DISTORSIONE MINORE DELL'IMMAGINE»

CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»

DIFESA «**SVALUTAZIONE**»

- **Definizione:** attribuzione esagerata di qualità negative a se stessi o ad altri (vale anche per oggetti). Possono essere presenti aspetti positivi minimizzati. Gli affetti associati alla svalutazione non sono particolarmente intensi come nella distorsione maggiore dell'immagine.
- **Funzione:** regolare l'autostima attraverso la svalutazione delle capacità proprie o altrui. Si attiva in seguito ad un conflitto o situazione in cui il soggetto si è sentito colpito nell'autostima, non necessariamente in senso negativo.
- **Diagnosi differenziale:** umorismo; annullamento retroattivo; scissione; aggressione passiva; help-rejecting complaining.

LIVELLO 4 «DIFESE DI DISTORSIONE MINORE DELL'IMMAGINE»
CATEGORIA «DIFESE IMMATURE – NON DEPRESSIVE»
DIFESA «**IDEALIZZAZIONE**»

- **Definizione:** attribuzione esagerata di qualità positive a se stessi o ad altri (vale anche per oggetti). Possono essere presenti aspetti negativi minimizzati. Gli affetti associati all'idealizzazione non sono particolarmente intensi come nella distorsione maggiore dell'immagine.
- **Funzione:** regolare l'autostima attraverso l'idealizzazione delle capacità proprie o altrui. Si attiva in seguito ad un conflitto o situazione in cui il soggetto si è sentito colpito nell'autostima. Serve da gratificazione e protezione da sentimenti di impotenza, insignificanza e inadeguatezza.
- **Diagnosi differenziale:** autosservazione; annullamento retroattivo; fantasia autistica; scissione.

LIVELLO 4 «DIFESE DI DISTORSIONE MINORE DELL'IMAGINE»

CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - NON DEPRESSIVE»

DIFESA «**ONNIPOTENZA**»

- **Definizione:** atteggiamento di superiorità nei confronti del mondo esterno. Può verificarsi con parole o gesti, ma è necessario che si noti un modo di fare irrealistico, come se la persona possedesse poteri o abilità che lo rendono speciale rispetto agli altri.
- **Funzione:** protegge dalla perdita di autostima conseguente a sentimenti di frustrazione, impotenza, ingiustizia. Minimizza le emozioni negative e accentua la propria percezione di potere, efficacia, unicità.
- **Diagnosi differenziale:** autosservazione; idealizzazione; fantasia autistica; scissione; acting out.



LIVELLO 3 «DIFESE DI DINIEGO»
CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - NON DEPRESSIVE»
DIFESA «**NEGAZIONE**»

- **Definizione:** rifiuto a riconoscere certi aspetti della realtà interna o esterna che sono evidenti per l'osservatore. Il soggetto resta ignaro sia del contenuto emotivo che di quello ideativo di ciò che nega.
- **Funzione:** protegge dal riconoscere un conflitto o situazione esterna che genera forte angoscia e che non può essere elaborata dal soggetto. Se il diniego viene interrotto il soggetto sperimenta un estremo senso di vergogna, umiliazione, e colpa.
- **Diagnosi differenziale:** isolamento affettivo; rimozione; formazione reattiva; razionalizzazione; scissione.

LIVELLO 3 «DIFESE DI DINIEGO»
CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - NON DEPRESSIVE»
DIFESA «**RAZIONALIZZAZIONE**»

- **Definizione:** fornire spiegazioni rassicuranti, plausibili, talvolta manipolative, per coprire le ragioni reali dei propri o altrui comportamenti, pensieri, emozioni. Ciò che si nasconde nella razionalizzazione è abbastanza chiaro all'osservatore.
- **Funzione:** permette di trattare con spiegazione socialmente accettabili tematiche angoscianti o imbarazzanti. Si evita di giungere alla consapevolezza delle reali ragioni sottostanti un determinato conflitto interno o situazione esterna.
- **Diagnosi differenziale:** autosservazione; intellettualizzazione; menzogna.



LIVELLO 3 «DIFESE DI DINIEGO»
CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»
DIFESA «**PROIEZIONE**»

- **Definizione:** attribuzione errata e arbitraria di sentimenti, pensieri e desideri sperimentati dal soggetto ma da esso non riconosciuti. Spesso il soggetto su cui si proietta può essere qualcuno che ha qualche affinità con il soggetto proiettante.
- **Funzione:** evitamento di emozioni e pensieri ritenuti eccessivamente angoscianti. Attraverso la proiezione il soggetto può vivere in maniera distaccata e inconsapevole una parte della propria esperienza scissa e proiettata negli altri.
- **Diagnosi differenziale:** spostamento; negazione; razionalizzazione; identificazione proiettiva; scissione.

LIVELLO 3 «DIFESE DI DINIEGO»
CATEGORIA «DIFESE IMMATURE – NON DEPRESSIVE»
DIFESA «**FANTASIA AUTISTICA**»

- **Definizione:** fantasticare come sostituzione al vivere la realtà con tutti i suoi aspetti gratificanti e angoscianti. Il soggetto può essere parzialmente consapevole dell'uso di fantasia e trarre una gratificazione vicaria dal suo utilizzo. Va codificata quando il suo utilizzo non è seguito da una presa in carico del problema.
- **Funzione:** permette di evitare i problemi e conflitti reali che il soggetto non riesce ad affrontare, soddisfacendo temporaneamente i propri bisogni e desideri con la fantasia. La quota di angoscia legata alla realtà è troppo forte e non tollerabile.
- **Diagnosi differenziale:** anticipazione; rimozione; idealizzazione; onnipotenza.

LIVELLO 2 «DIFESE DI DISTORSIONE MAGGIORE DELL'IMAGINE»

CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»

DIFESA «**SCISSIONE**»

- **Definizione:** estremizzazione degli aspetti o positivi o negativi dell'immagine di sé o degli altri con impossibilità di integrazione degli opposti. Poiché parti del sé e dell'oggetto sono tenuti scissi, questi possono alternarsi nel corso di un colloquio o nel tempo. Gli affetti associati alla distorsione sono molto intensi e le descrizioni bidimensionali.
- **Funzione:** ridurre l'angoscia derivata dall'integrazione dell'immagine «buono e cattivo» e delle contraddizioni di aspetti emotivi e cognitivi incoerenti. La rigidità cognitiva ed emotiva protegge dall'imprevedibilità e impedisce la mediazione e il cambiamento.
- **Diagnosi differenziale:** idealizzazione; svalutazione; onnipotenza; negazione; identificazione proiettiva.

LIVELLO 2 «DIFESE DI DISTORSIONE MAGGIORE DELL'IMAGINE»

CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»

DIFESA «**IDENTIFICAZIONE PROIETTIVA**»

- **Definizione:** proiezione di un sentimento o pensiero inaccettabile in qualcun altro a cui segue la stessa esperienza da parte del soggetto proiettante come reazione del materiale proiettato. Secondo il soggetto ciò che prova è stato provocato dall'altro. La distorsione dell'immagine è presente come reazione distorta alla proiezione.
- **Funzione:** permette di vivere pensieri e sentimenti non tollerabili come reazione all'attivazione esterna. Permette di attaccare un altro che richiama alla memoria un'esperienza traumatica attraverso una proiezione e conseguente distorsione dell'immagine. Spesso porta l'altro a sperimentare impotenza e senso di colpa e in alcuni casi a reiterare l'identificazione proiettiva in un gioco di botta e risposta.
- **Diagnosi differenziale:** proiezione; scissione; aggressione passiva; acting out

LIVELLO 1 «DIFESE DI AZIONE»

CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»

DIFESA «**AGGRESSIONE PASSIVA**»

- **Definizione:** atteggiamento passivo e indirettamente aggressivo verso gli altri mascherato da apparente disponibilità. Spesso si verifica in risposta ad un bisogno frustrato di cura o aiuto (non necessariamente espresso) di cui ci si sente di avere il diritto. Si può manifestare anche come rivolgimento contro se stessi (es: tenere dentro covando rancore; farsi del male come reazione alla rabbia inespressa).
- **Funzione:** esprimere la rabbia evitando una punizione attesa che ci si aspetterebbe se l'espressione emotiva avvenisse in modo diretto. Gratificazione vicaria nel provocare disagio o rabbia negli altri attraverso l'aggressione passiva.
- **Diagnosi differenziale:** rimozione; svalutazione; help-rejecting complaining

LIVELLO 1 «DIFESE DI AZIONE»

CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»

DIFESA «**HELP-REJECTING COMPLAINING**»

- **Definizione:** uso ripetitivo e ininterrotto di lamentele su problemi fisici o psicologici. Da un lato il soggetto sembra chiedere aiuto, dall'altro svaluta o rifiuta l'aiuto offerto spesso considerandolo insufficiente o inappropriato. I commenti dell'osservatore non sortiscono alcun effetto positivo e possono addirittura aumentare l'intensità dell'HRC.
- **Funzione:** difende dalla rabbia che il soggetto prova nell'essere in una condizione di bisogno che nessuno potrà soddisfare. Avvicina l'altro attraverso la richiesta di aiuto provocando in chi aiuta senso di frustrazione e impotenza per non essere abbastanza. L'osservatore è tagliato fuori dal discorso.
- **Diagnosi differenziale:** svalutazione; identificazione proiettiva; aggressione passiva



LIVELLO 1 «DIFESE DI AZIONE»
CATEGORIA «DIFESE IMMATURE - DEPRESSIVE»
DIFESA «**ACTING OUT**»

- **Definizione:** agire in maniera impulsiva e senza riflettere sulle potenziali conseguenze per esprimere sentimenti, desideri o impulsi non tollerabili. L'agito deve avere una chiara relazione con l'affetto o impulso associato che non può essere controllato. Spesso si verificano in risposta a eventi interpersonali con gli altri significativi. Non sono sinonimo di comportamento disadattivo o di sintomo di per se, ma spesso si manifestano come comportamenti aggressivi o autodistruttivi.
- **Funzione:** scaricare direttamente sentimenti che non possono essere tollerati ed elaborati perché provocherebbero eccesso di tensione emotiva. Con l'agito si evita di tenere a mente e pianificare una risposta più adeguata, sebbene il soggetto possa riflettere successivamente e sentirsi in colpa.
- **Diagnosi differenziale:** autoaffermazione; dissociazione; aggressione passiva

STRUMENTI DI MISURA BASATI SULLA DMRS

- **Defense Mechanisms Rating Scale Q-sort (DMRS-Q)**: versione Q-sort per la valutazione dei meccanismi di difesa nel contesto clinico. Software per la valutazione disponibile online (<https://webapp.dmrs-q.com/login>; <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.718440>; <https://doi.org/10.1002/jclp.22089>)
- **Defense Mechanisms Rating Scale – Self-Report-30 (DMRS-SR-30)**: versione autosomministrata della DMRS per l'autovalutazione del funzionamento difensivo. Questionario in italiano disponibile in Table 8 dello studio di validazione (<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00870>)
- **Defense Mechanisms Rating Scale Q-sort for children (DMRS-Q-C)**: versione del DMRS-Q adattata alla valutazione dei meccanismi di difesa nei bambini. In fase di validazione. (<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.572917>)

BIBLIOGRAFIA PER APPROFONDIMENTO

- Di Giuseppe, M., Perry, J.C., Petraglia, J., Janzen, J., & Lingardi, V. (2014). Development of a Q-sort version of the defense mechanisms rating scales (DMRS-Q) for clinical use. *Journal of Clinical Psychology, 70*, 452-465.
- Di Giuseppe, M., Perry, J. C., Lucchesi, M., Michelini, M., Vitiello, S., Piantanida, A., Fabiani, M., Maffei, S., Conversano, C. (2020). Preliminary reliability and validity of the DMRS-SR-30, a novel self-report based on the Defense Mechanisms Rating Scales. *Frontiers in Psychiatry, 11*:870.
- Di Giuseppe, M., Prout, T. A., Rice, T., Hoffman, L. (2020). Regulation-Focused Psychotherapy for Children (RFP-C): Advance in the treatment of ADHD and ODD in childhood and adolescence. *Frontiers in Psychology, 11*, 572917.
- Di Giuseppe, M., Perry, J. C., Conversano, C., Gelo, O. C. G., Gennaro, A. (2020). Defense mechanisms, gender, and adaptiveness in emerging personality disorders in adolescent outpatients. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 208*(12), 933-941.
- Di Giuseppe, M., Prout, T. A., Fabiani, M., Kui, T. (2020). Defensive profile of parents of children with externalizing problems receiving Regulation-Focused Psychotherapy for Children (RFP-C): A pilot study. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology, 8*(2).
- Prout, T. A., Zilcha-Mano, S., Aafjes-van Doorn, K., Békés, V., Christman-Cohen, I., Whistler, K., Kui, T., Di Giuseppe, M. (2020). Identifying predictors of psychological distress during COVID-19: A machine learning approach. *Frontiers in Psychology, 11*, 586202.
- Tanzilli, A., Di Giuseppe, M., Giovanardi, G., Boldrini, T., Caviglia, G., Conversano, C., & Lingardi, V. (2021). Mentalization, attachment, and defense mechanisms: a Psychodynamic Diagnostic Manual-2-oriented empirical investigation. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome, 31*-41.
- Di Giuseppe, M., Nepa, G., Prout, T. A., Albertini, F., Marcelli, S., Orrù, G., Conversano, C. (2021). Stress, burnout, and resilience among healthcare workers during the COVID-19 emergency: the role of defense mechanisms. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*, 5258.
- Di Giuseppe, M. & Perry, J. C. (2021). The hierarchy of defense mechanisms: Assessing defensive functioning with the Defense Mechanisms Rating Scales Q-Sort. *Frontiers in Psychology, 12*:718440. doi:10.3389/fpsyg.2021.718440