

# I meccanismi di difesa (parte II)

Luca Balugani\*

## La natura ultima dei meccanismi di difesa

È ampiamente ipotizzabile che il concetto stesso di “meccanismo” applicato alla difesa risponda ad un progetto epistemologico (e antropologico) ben riscontrabile in Freud: quello di costruire un modello meccanicistico-fisiologico. Inizialmente egli confidava di poter venire a capo tanto della difesa (la rimozione) come del rimosso (l’impulso), salvo poi doversi limitare ad una concezione evuzionistica e “accontentarsi” di una spiegazione clinica delle nevrosi. Ma la speranza di arrivare a questo obiettivo in lui rimase: «Le carenze della nostra esposizione [della psiche] scomparirebbero se fossimo già nella condizione di sostituire i termini psicologici con quelli della fisiologia o della chimica»<sup>1</sup>.

Schafer<sup>2</sup> in seguito aveva riportato i meccanismi di difesa in una prospettiva psicodinamica, ricollegandoli ad un Io cui è possibile ascrivere interessi, scopi, moralità, valori, ideali; un Io invaso anche dagli istinti dell’Es, ma al contempo capace di assorbirli. Per questa ragione non è pensabile considerare i meccanismi di difesa come mero dispendio di energia per impedire l’espressione di istinti, ma come

\* Psicologo e psicoterapeuta (Modena), docente all’Istituto Superiore per Formatori.

<sup>1</sup> Cf F. Sulloway in M. Casonato, *Psicologia dinamica. 1: Freud*, Bollati Boringhieri, Torino 1992, p. 49.

<sup>2</sup> Cf R. Schafer, *The mechanisms of defense*, in «The International Journal of Psychoanalysis», 49 (1968), pp. 49-61.

veri e propri desideri, fantasie, cambi di rappresentazione e di enfaticizzazione. In tal senso essi attingono alla originalità dell'Io e non possono essere assimilati troppo rapidamente al concetto di "meccanismo" tout-court che rimanderebbe ad una risposta automatica, dall'esito facilmente prevedibile, e ad una chiara e netta riconoscibilità. Da una parte, infatti, il meccanismo frena l'emersione a consapevolezza di "qualcosa" (si è visto sopra di cosa potrebbe trattarsi), ma dall'altra esso offre pure una gratificazione vicaria. È l'idea di Schafer<sup>3</sup>, condivisa da un filone psicodinamico più ampio che fa leva sui vantaggi secondari di tutta la sintomatologia che dipende dal funzionamento psicodinamico: tra tutti i metodi possibili di soluzione al problema, l'Io andrebbe a scegliere quei modi che comunque soddisfano gli istinti<sup>4</sup>: «If there is "fight" in defence, there is also "love" in it»<sup>5</sup>.

Vaillant fa un uso "statistico" o "metrico" dei meccanismi di difesa, nel senso che attraverso una ricerca svolta su trenta adulti (dai tempi del college e per qualche decennio seguente) riscontra una correlazione tra maggiore adattamento alla vita e meccanismi adulti; viceversa esiste una correlazione tra meccanismi di difesa immaturi e maggiore disadattamento (il livello narcisistico non era riscontrato in questo campione, mentre le difese nevrotiche erano utilizzate tanto dagli uni quanto dagli altri)<sup>6</sup>. Il suo modo di intendere i meccanismi di difesa, però, rimanda in maniera evidente agli stili di personalità e in questo la sua visione non si discosta da quella, ad esempio, di Wallerstein, il quale afferma che il meccanismo di difesa nasce più dal

<sup>3</sup> Che forza la mano ad Anna Freud, affermando implicitamente che l'Io sia parte dell'Es, dato che parla di una alleanza possibile tra le strutture: «La nostra idea del Super-Io tende a farsi confusa quando Io e Super-Io siano in armonia tra di loro. Noi diciamo allora che i due coincidono, cioè in momenti simili il Super-Io non può essere percepito come un'istanza separata né dal soggetto stesso né da un osservatore [...]. Quando le relazioni tra le due potenze confinanti – l'Io e l'Es – sono pacifiche, il primo adempie a meraviglia la sua funzione di osservatore nei riguardi del secondo [...]. Nei casi favorevoli l'Io non ha niente da obiettare all'intruso, gli mette a disposizione le proprie energie e si limita a percepire» (A. Freud, *Io e meccanismi di difesa*, in Id., *Opere 1922-1943*, vol. 1, Bollati Boringhieri, Torino 1978, pp. 153-154).

<sup>4</sup> Già un vecchio articolo presentava questa impostazione: cf R. Waelder, *The Principle of Multiple Function: Observations on Over-Determination*, in «The Psychoanalytic Quarterly», 5 (1936), pp. 55-56.

<sup>5</sup> R. Schafer, *The mechanisms of defense*, cit., p. 61.

<sup>6</sup> Cf G.E. Vaillant, *Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms*, in «Archives of General Psychiatry», 24 (1971), p. 110. Per sua stessa ammissione, la ricerca si avvale di evidenze cliniche in cui le difese sono inferite e non di una metodologia sperimentale intesa in senso stretto (cf *Ibid.*, p. 115).

livello evolutivo e dall'organizzazione difensiva che non dal conflitto provocato agli impulsi<sup>7</sup>.

Vaillant struttura i meccanismi di difesa come segue<sup>8</sup>:

- ✓ *Narcisistici*: comuni in bambini normali prima dei cinque anni e negli adulti durante sogni e fantasie. Essi alterano la realtà per chi li utilizza e appaiono ad un osservatore come bizzarri; non si lasciano scalfire dall'interpretazione della psicoterapia tradizionale ma solo dalla maturazione evolutiva, dal superamento di situazioni stressanti o dall'utilizzo di farmaci. Il paziente può rinunciare in terapia solo grazie ad un forte supporto e ad un confronto con la realtà ignorata. Essi consistono in:
  - *Proiezione delirante*, come nel caso delle idee persecutorie.
  - *Negazione* (psicotica), perché rivolta verso la realtà esterna.
  - *Distorsione*: quando la realtà esterna viene ridisegnata sulla base di bisogni interni (allucinazioni, megalomanie...).
  
- ✓ *Immaturi*: comuni in persone normali (tra 3 e 16 anni), in persone con disturbi affettivi e di carattere, in adulti in psicoterapia. Alterano lo stress generato da una minaccia all'intimità interpersonale o alla possibilità di una sua perdita. Non appaiono socialmente adattivi e portano a problemi di comportamento. Una psicoterapia e/o relazioni interpersonali favorevoli (legate a maturazione personale o all'aver accanto una persona più matura) possono farle evolvere. Questo l'elenco:
  - *Proiezione*: include pregiudizio, rifiuto di intimità (attraverso ingiustificati sospetti), marcata ipervigilanza e sensibilità verso l'ingiustizia.
  - *Fantasie schizoidi*: un rifugio autistico in sé, che però non ha l'esternazione delle proprie fantasie come nel caso della negazione psicotica; si associa ad evitamento dell'intimità interpersonale.

<sup>7</sup> Cf R.S. Wallerstein, *Development and Metapsychology of the Defense Organization of the Ego*, in «Journal of the American Psychoanalytic Association», 15 (1967), p. 139.

<sup>8</sup> Cf G.E. Vaillant, *Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms*, cit., pp. 116-118.

- *Ipocondrie*: trasforma il rimprovero verso gli altri derivante da lutto, solitudine o impulsi aggressivi inaccettabili in un auto-rimprovero che diventa malattia somatica, dolori e nevralgia. Ne derivano disforia e afflizione: in tal senso non è come l'identificazione ed è anche ego-aliena (ben lontana dalla *belle indifferença* dell'isteria).
  - *Comportamenti passivo-aggressivi* verso altri ma anche verso sé stessi (cf il masochismo).
  - *Acting out*: espressione diretta di impulsi o desideri inconsci per evitare la tensione del postporre la loro azione (ad es. comportamenti motori, delinquenza, azioni impulsive, uso di droghe, perversioni, automutilazioni).
- ✓ *Difese nevrotiche*: comuni in individui sani (3-90 anni) che abbiano un disturbo nevrotico o una situazione di stress. Alterano sentimenti (vissuti però nella dimensione privata) o l'espressione istintuale. Appaiono all'esterno come stranezze. L'interpretazione psicoterapeutica porta al cambiamento. Essi sono:
- *Intellettualizzazione*: i desideri istintivi non vengono agiti ma trasformati in pensiero formale e attenuati nella dimensione affettiva. Abbraccia anche: isolamento, razionalizzazione, rituali, annullamento, pensiero magico e "lavoro impegnativo", i quali, nonostante siano meccanismi diversi, operano come un unico cluster. Possono essere incluse anche ossessioni e compulsioni non agite, benché da intendersi come spostamento intrapsichico.
  - *Repressione*: naïveté, dimenticanze, omissione di input... si differenzia dalla soppressione perché lo stimolo è inibito inconsciamente e non postposto. Rispetto alla negazione agisce non sulla realtà esterna ma su istinti e sentimenti.
  - *Spostamento*: si trasferisce il conflitto su un oggetto meno "problematico". Molte fobie e conversioni, caricature e sfottò... ne fanno parte.
  - *Formazione reattiva*: affetti o comportamenti che sono diametralmente opposti all'impulso inaccettabile. Odiare qualcuno che piace, amare qualcuno che non si sopporta.

Può comprendere anche i meccanismi freudiani (di Anna) identificazione con l'aggressore e resa altruistica.

- *Dissociazione (o negazione nevrotica)*: modificazione drastica di carattere per evitare stress emotivo. Può includere: conversioni isteriche, inattesi e ingiustificati sensi di inferiorità o superiorità, rifiuto temporaneo di responsabilità, comportamenti controfobici o iperattività, uso acuto di gioia religiosa, intossicazione per affrontare infelicità.
  
- ✓ *Difese mature*: comuni in individui sani compresi nella fascia di età 12-90 anni, sono un complesso di ben orchestrati meccanismi più semplici. Dipendono da un'identificazione che rimpiazza una coscienza primitiva con un Io ideale sviluppato. Si legano anche all'ultimo stadio cognitivo di Piaget, e in letteratura sono inclusi nella sublimazione. Ad occhi esterni appaiono come virtù. In condizioni di stress possono diventare meccanismi meno maturi. Questo l'elenco:
  - *Altruismo*: gratificazione vicaria col servizio agli altri. Porta un beneficio reale e non immaginario (al contrario di proiezione e acting out).
  - *Humour*: alcune regressioni nel gioco, battute ecc. conservano l'Io osservante e alleggeriscono ma non distolgono da elementi difficili da accettare.
  - *Soppressione*: conscia o semiconscia decisione di posticipare senza evitare.
  - *Anticipazione*: pianificazione realistica di un futuro malessere.
  - *Sublimazione*: indiretta o attenuata espressione di istinti senza perdere il piacere o evitare le conseguenze avverse. Gli impulsi vengono comunque espressi e canalizzati.

Per concludere questo excursus vale la pena riprendere un testo della tradizione di questa rivista. Il libro di Manenti del 2013 sull'accompagnamento non fa riferimento alle difese: utilizza invece ampiamente il concetto di "resistenza". In ultima analisi, la resistenza può essere considerata come un modo di sfuggire la sfida dell'auto-trascendenza, e i meccanismi di difesa come una sub-classe di quella

più ampia resistenza. Lo si vede bene nel suo scritto laddove Manenti parla della impermeabilità tra vita reale e colloqui e soprattutto dove riporta la distinzione tra *acting in* e *acting out*<sup>9</sup>: cita cioè i meccanismi di difesa, ma all'interno del capitolo in cui tratta della resistenza, quasi ammettesse che nella fase che segue il momento diagnostico l'importanza del riconoscimento dello specifico meccanismo di difesa abbia molto meno peso.

### Utilità dell'analisi dei meccanismi di difesa e trattamento

La domanda sulla utilità di mantenere o meno i meccanismi di difesa si pone sulla base non solo della controversia aperta oggi tra una visione più tradizionale della psicoanalisi e le varie correnti che puntano, ad esempio, sulla brevità del percorso fino ad arrivare addirittura alla singola seduta<sup>10</sup>. Sarebbe troppo riduttivo, e soprattutto il discorso rimanderebbe ad orizzonti dialettici inconciliabili. La questione in verità si pone all'interno di chi riconosce espressamente il valore e l'importanza dei meccanismi di difesa, perché il loro trattamento diverge a seconda della prospettiva terapeutica (e di conseguenza antropologica) che si assume.

La prospettiva di Vaillant ricorda molto da vicino quella di Anna Freud: si tratta di uno sguardo evolutivo sui meccanismi di difesa, per cui considera il loro utilizzo come un termometro del procedere o meno della terapia. Il passaggio a difese più mature sarebbe il segno che la persona sta riguadagnando una crescente integrazione della personalità, uscendo ad esempio da situazioni che necessitano di ospedalizzazione.

<sup>9</sup> Cf A. Manenti, *Comprendere e accompagnare la persona umana*, EDB, Bologna 2013, pp. 194-195. E qui si vede la netta differenza con la psicoanalisi, che invece considera la resistenza come il modo in cui la difesa entra nella seduta analitica (cf D. Safran, *Psicoanalisi e terapie psicodinamiche*, Raffaello Cortina, Milano 2013, pp. 55 e 88: silenzi, ritardi, dimenticanze rispetto alla seduta e ai pagamenti, superficialità, compiacenza...).

<sup>10</sup> Cf M. Talmon, *Psicoterapia a seduta singola*, Erickson, Trento 1996. Il metodo di cercare soluzioni possibili già nel corso della (unica) seduta ricorda molto da vicino il *coping*. Il terapeuta prima prova a rinforzare il cambiamento desiderato, successivamente a chiarire resistenze e barriere, salvo poi incoraggiare a provare strade diverse da quelle fin lì percorse. In terapie che oscillino tra dieci e venti sedute, invece, l'interpretazione delle resistenze va anticipata, col rischio però che il paziente si senta minacciato (cf G.O. Gabbard, *Psichiatria psicodinamica*, Raffaello Cortina, Milano 1995, p. 107).

Joseph Sandler, nel suo dialogo con Anna Freud, ripresenta il concetto classico della tradizione psicoanalitica, declinandolo espressamente sui meccanismi di difesa:

Sembra che dovremmo in realtà fare una distinzione fra, per esempio, rendere di nuovo consci un ricordo o un'immagine che sono stati rimossi, e rendere il paziente consapevole di un meccanismo che sta usando. Può darsi che egli non sia mai stato conscio di un meccanismo. Si potrebbe paragonarlo al motore di un'automobile. Può darsi che il guidatore non abbia mai visto quell'ordigno, e per fargliene capire il funzionamento – specie se si guasta qualcosa – potrebbe essere utile dargliene un'idea. Questo è assai diverso dal rendere di nuovo accessibile un ricordo rimosso<sup>11</sup>.

Ciò che Shapiro obietterebbe a questo modo di considerare le difese (e più in generale l'orientamento psicodinamico che rimanda alla Psicologia dell'Io) è per quale ragione una persona abbia "scelto" di usare l'automobile invece che andare a piedi. Se infatti la lettura è sintomatologica, i meccanismi di difesa appaiono come uno dei segni esterni della nevrosi; se invece la lettura si fa caratteriologica, i meccanismi difensivi sono coerenti con lo stile stesso di personalità e quindi parte integrante dello stile stesso. Rimanda a quanto si diceva circa i vantaggi secondari delle difese, nel senso che anche queste soddisfano in modo indiretto i desideri sottostanti.

Come ricorda Gabbard, «l'opinione classica è che il cambiamento dipenda dalla risoluzione dei conflitti intrapsichici»<sup>12</sup>, che sono per l'appunto quelli difesi dai meccanismi e da altre forme di comportamento. È proprio qui, però, che si pone il problema di quale sia l'obiettivo di una terapia. Infatti, se si tratta di portare alla coscienza di un paziente i conflitti sottostanti, allora il lavoro di interpretazione avrà questo semplice scopo. Potrebbe anche essere utile lo schema metodologico descritto da Schafer: suscitare curiosità verso la difesa, analizzare i desideri sottostanti ad essa e poi ad altre azioni e sentimenti e pensieri, rivolgersi a desideri, azioni, sentimenti e pensieri in contrasto con i primi. In questa fase si apre uno dei punti più decisivi

<sup>11</sup> J. Sandler, *L'analisi delle difese. Conversazioni con Anna Freud*, Bollati Boringhieri, Torino 1990, p. 55.

<sup>12</sup> G.O. Gabbard, *Psichiatria psicodinamica*, cit., p. 99.

del lavoro con i meccanismi di difesa. Infatti, riprendendo Manenti, si parte con il favorire una visione realista di sé, che consiste «nell'accontentare di essere semplicemente degli umani [...]». Né la psicoterapia né l'ascesi spirituale guariscono dall'aver un'anima *da umani*, ma dovrebbero lasciare all'interessato il diritto di averla così come essa semplicemente è»<sup>13</sup>. In fondo si potrebbe ricomprendere il meccanismo di difesa come uno strumento di autoestranazione (Shapiro) rispetto alla propria umanità. E questo riaccende la riflessione sull'obiettivo del percorso terapeutico o dell'accompagnamento e conseguentemente sul ruolo di un'altra categoria diagnostica collegata: quella degli stili di personalità.

### Inutilità dei meccanismi di difesa e trattamento

Sull'uso "inutile" delle difese, Schafer – in una articolata discussione circa l'omosessualità passiva e la proiezione – evidenzia come nei primi passi della terapia la persona non sia consapevole del proprio mondo interiore che proietta; tuttavia essa fiuta nell'aria un certo tipo di eccitazione, che magari attribuisce al terapeuta. L'autore scrive: «Egli enfatizza qualcosa che crede essere vero da parte del terapeuta e fa così per una qualche ragione. Circa la questione dell'enfasi c'è spazio di discussione; circa la questione della proiezione, così nominata [esplicitata], di solito nessuno»<sup>14</sup>.

Un altro autore che considera in modo critico un uso eccessivamente preciso dei meccanismi di difesa è il già citato David Shapiro. Rifacendosi a Robert Waelder, lo statunitense prende i meccanismi di difesa tipici della nevrosi ossessivo-compulsiva (formazione reattiva, intellettualizzazione, isolamento degli affetti, annullamento e regressione) ed afferma che essi sono in larga parte sovrapponibili, di differenti livelli di complessità, a distanza variabile dall'osservazione clinica e senza relazioni sistematiche l'uno con l'altro. Queste classificazioni tendono perciò ad essere fortuite<sup>15</sup> (se non arbitrarie).

<sup>13</sup> A. Manenti, *Comprendere e accompagnare la persona umana*, cit., p. 56 [corsivo dell'originale].

<sup>14</sup> R. Schafer, *The mechanisms of defense*, cit., p. 56 [traduzione nostra].

<sup>15</sup> Cf D. Shapiro, *Toward a Structural Theory of Psychopathology*, in «Social Research», 59 (1992), p. 803.



La posizione di Kohut in generale e (in specie) rispetto ai meccanismi di difesa è «alternativa al punto di vista tradizionale»<sup>16</sup>: egli ritiene che la psicoanalisi abbia applicato un'oggettività scientifica da XIX secolo al mondo psichico, andando ad occuparsi di un apparato psichico in cui i "meccanismi" sono perfettamente adeguati ad un funzionamento dell'individuo; per questo motivo la sua azione ha una certa efficacia se si circoscrive a settori isolati della vita psichica. Kohut immagina invece un intervento empatico dello psicologo, orientato alla totalità dell'uomo e della sua personalità: per questo motivo egli suppone un paziente che assume una posizione "difensiva" (e non di "resistenza" all'analisi) allo scopo di salvaguardare il più possibile un Sé nucleare. L'analista tradizionale scinde i particolari dall'insieme; lo psicologo del Sé ricomprende le parti dal tutto, cioè dalla struttura del Sé e dal programma che questo Sé porta avanti. Per questo conserva un grande rispetto per le resistenze-difese: esse ineriscono alla forza della personalità e a ciò che motiva il paziente perché egli possa radicarsi la sua futura crescita. La Psicologia del Sé ci consegna una lettura dei meccanismi di difesa come di un fatto positivo perché avente lo scopo di preservare un seppur fragile Io, consentendogli uno sviluppo futuro<sup>17</sup>.

Curioso affiancare a Kohut un altro autore che spesso gli si è contrapposto, quale è Kernberg. Eppure, su questo aspetto specifico, il suo punto di vista pare ricollocare la questione dei meccanismi di difesa nel più ampio (e per lui interessante) tema delle relazioni oggettuali. Perciò afferma: «Le difese del carattere [...] attualizzazioni di relazioni oggettuali attivate difensivamente, per evitare relazioni oggettuali di segno opposto sentite come minacciose»<sup>18</sup>.

<sup>16</sup> H. Kohut, *La cura psicoanalitica*, Bollati Boringhieri, Torino 1986, p. 189.

<sup>17</sup> «[Riguardo a un paziente che intellettualizzava] non si trattava di una difesa-resistenza che minacciasse l'analisi, ma di una grande realizzazione della sua infanzia e di un preziosissimo aspetto della sua personalità. Il suo modo di ragionare, la tendenza a pensare in modo autonomo, a dubitare di ciò che gli si mostrava, l'abitudine ad essere profondamente obiettivo nei riguardi della realtà (la realtà fisica o l'esperienza umana) lo avevano sufficientemente protetto contro il tentativo di impossessarsi di lui da parte della madre "un po' matta" [...]. Il predominio dell'intelletto del mio avvocato non fu trattato e superato da me come resistenza, ma fu piuttosto riconosciuto come un fatto positivo, che aveva permesso al suo fragile Sé di conservarsi, per poter poi successivamente riattivare il suo sviluppo quando le circostanze lo avessero consentito» (H. Kohut, *La cura psicoanalitica*, cit., p. 195).

<sup>18</sup> O.F. Kernberg, *Introduzione*, in J. Sandler - A.M. Sandler, *Gli oggetti interni. Una rivisitazione*, Franco Angeli, Milano 2002, p. 19. Da notare che si tratta dell'introduzione ad una raccolta di articoli di J. Sandler, già incontrato nel suo dialogo serrato con Anna Freud qualche decennio prima. Benché non

Se i meccanismi di difesa rientrano solo nella diagnosi o nella tecnica psicoterapeutica, si aprirà una controversia sull'interpretarli o meno, sul parlare di resistenze o meno. Allo stesso tempo, viene da chiedersi se un'antropologia (esistenziale) che considera resistenze in senso ampio e non lavora sui meccanismi, non corra il rischio di perdere di vista la dimensione tecnica e decolli per elucubrazioni disincarnate in una sorta di analisi esistenzialista.

## Conclusioni

Ormai tutta la riflessione sulla psicoanalisi ruota attorno ad una domanda: i suoi costrutti sono ancora utili? Il secolo abbondante di vita di questa disciplina ci ha allontanati e non di poco dall'epoca vittoriana o dal positivismo che avevano costituito l'alveo della scienza di Freud. Persino il suo rapporto con la spiritualità si è modificato nel corso dei decenni. Quando la manualistica contemporanea si occupa della psicologia freudiana, l'impressione è che essa consideri alcuni dei suoi elementi come dei reperti archeologici, che hanno una loro valenza storica ma non vengono più utilizzati secondo lo scopo originario. Il conflitto di Edipo o il modello strutturale non vengono trattati in modo dissimile dai meccanismi di difesa: chiari, ben descritti, coerenti con la teoria e... superati. Non v'è dubbio che essi abbiano avuto una grande utilità e poi, con l'avvento di nuovi paradigmi, hanno mutato la loro funzione. Oggi, che l'orientamento è assai più interpersonale, ci si domanda ad esempio se le resistenze, strettamente imparentate con le difese, non nascano anche dalla relazione che un paziente ha con quel particolare terapeuta.

Eppure l'orientamento psicodinamico si avvale ancora del concetto dei meccanismi di difesa, almeno nella fase diagnostica, e se scegliesse di non usarli dovrebbe trovare un costrutto analogo che sarebbe comunque da definire. Si potrebbe paragonare questo concetto alla teoria della musica o alla grammatica: lì si usa come categoria espli-

strettamente inerente al nostro tema, è utile osservare anche un'altra conseguenza dell'ampliamento della visione freudiana grazie alle relazioni oggettuali: «La nozione di Sé ideale venne ampliata e trasformata in quella di "stato ideale", perché lo stato desiderato in un dato momento può coinvolgere non soltanto la rappresentazione del Sé, ma la rappresentazione dell'interazione desiderata tra il Sé e l'oggetto» (*Ibid.*, p. 34), che suggerisce il passaggio da una lettura intrapsichica ed individuale delle strutture dell'Io ad una più interpersonale.

cativa, salvo poi superarli in uno sguardo più ampio. I meccanismi di difesa sono assai utili quando si muovono i primi passi e quando ci si occupa della redazione di una diagnosi. Lasciano poi il campo ad un percorso che mette al centro il cambiamento terapeutico più che l'ingegneria psicologica. A nulla servirebbe "conoscere" con precisione quali meccanismi di difesa vengono utilizzati, se questo non portasse ad un cambiamento della persona e ad una sua maggiore libertà per trascendersi.

Il tema dei meccanismi di difesa, tuttavia, racconta della possibilità di dialogare con innumerevoli modelli terapeutici: il che rappresenta una ricchezza e anche una sfida per qualunque tipo di approccio psicologico e di antropologia sottostante.