



Защитные механизмы личности:

Сублимация

*"Сублимация — защитный механизм психики, представляющий собой снятие внутреннего напряжения с помощью перенаправления энергии на достижение социально приемлемых целей, творчество"*

*Первым это понятие стал использовать З. Фрейд в 1900 году*

*Под определением труда Фрейд понимал не только научную и физическую деятельность, но и деятельность в области искусства (музыка, живопись)*



*Фрейд считал, что сублимация – процесс более безопасный и полезный, нежели схожие с ним понятия:*

- отрицание;
- проекция;
- репрессия;
- замещение;
- реактивная формация;
- интеллектуализация.

# Сублимация



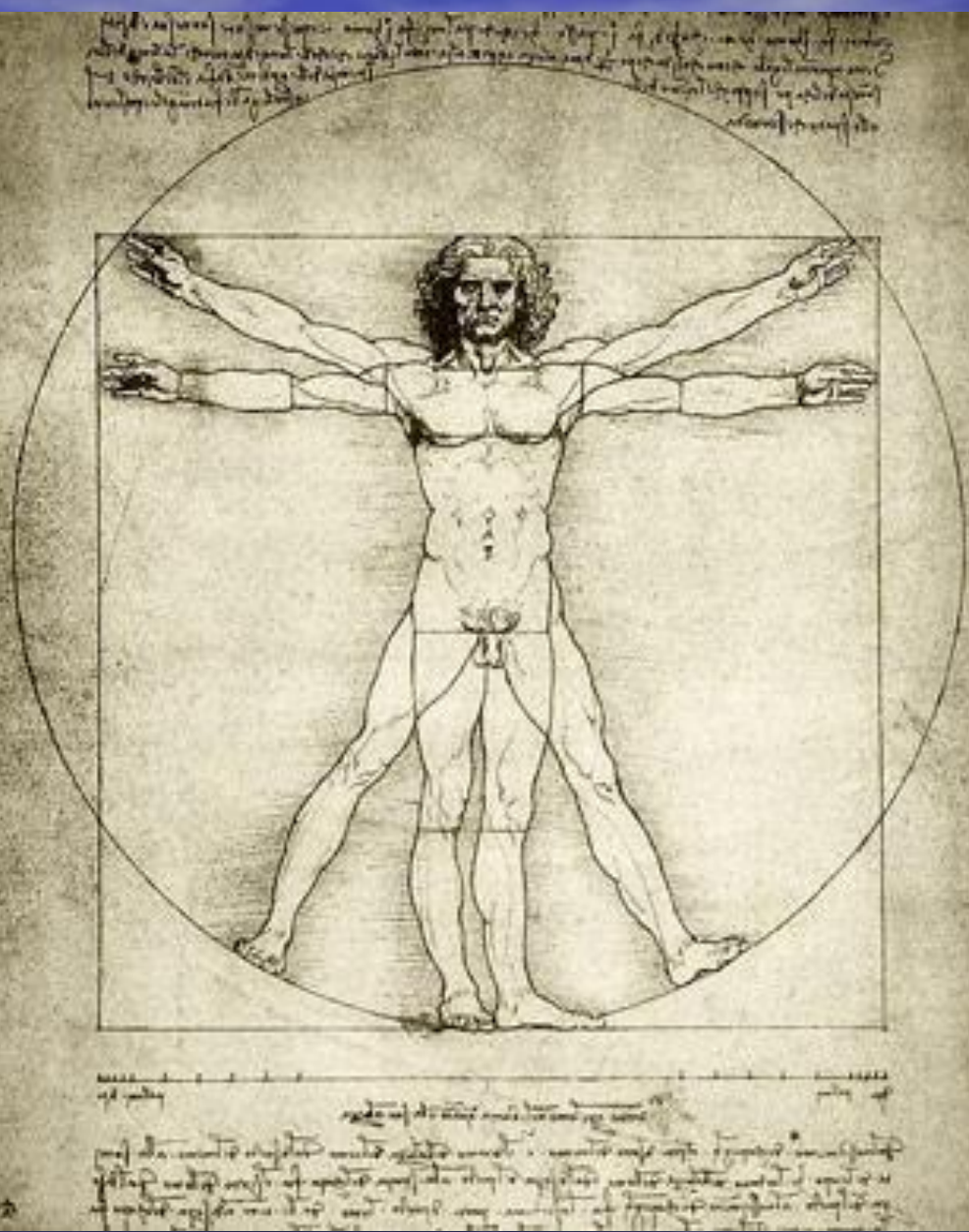
# Сублимация

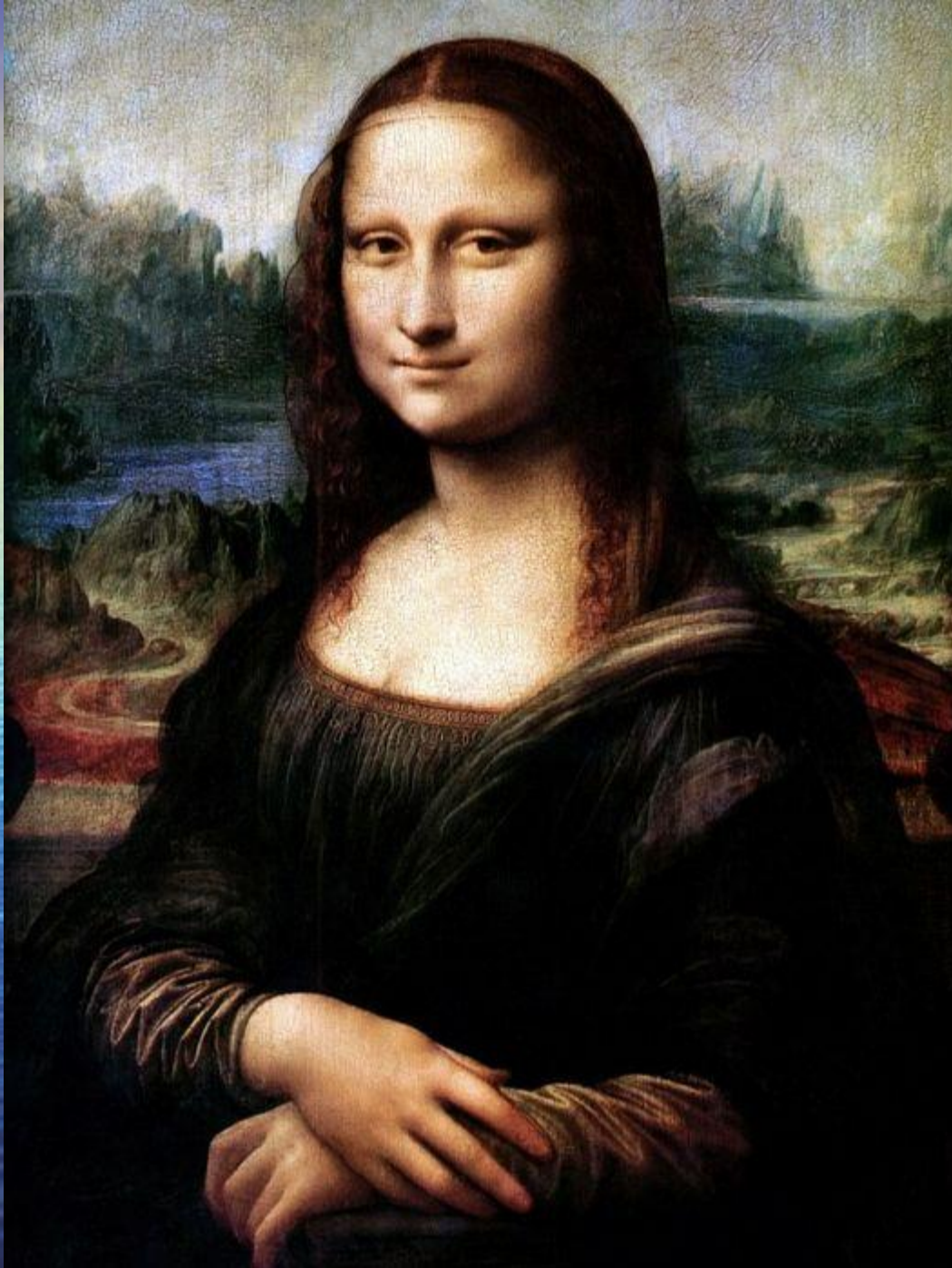
Муж бросил и  
ушел к другой?



—посвяти себя  
творчеству







Одно из  
самых  
известных  
произведений  
Да Винчи



примеры сублимации:

- работой в полиции компенсируется склонность личности к насилию;
- нездоровый интерес к мертвому человеческому телу удовлетворяется в работе патологоанатома;
- в хирургии могут быть выплеснуты садистские наклонности;
- успешная творческая и научная деятельность обеспечиваются путем полного отказа от активной сексуальной жизни.



Накопившуюся агрессию можно трансформировать в занятиях активными видами спорта – борьбой, боксом



*самая простая  
форма  
сублимации -  
сны*



Помимо положительного эффекта сублимирования, есть и отрицательная его сторона.

Достаточно яркими примерами отрицательного процесса сублимирования можно назвать серийных убийц, которые совершали страшные преступления на сексуальной почве, в извращенной форме.



Пример отрицательной сублимации  
сексуальной энергии

- 
- Спасибо за внимание