

TRABAJO DE PSICOLOGÍA.

Cursos: 4to AÑO 1era y 2da división.

Prof.: CEJAS Noelia.

UNRREIN Mónica.

Establecimiento: Escuela Normal Superior Victorino Viale.

Temas: PSICOANÁLISIS: MECANISMOS DE DEFENSA.

Fecha de entrega: 08/09 / 2020.



INTRODUCCIÓN:

Luego de saludarlos realizamos un breve repaso del trabajo anterior para presentar la nueva propuesta; anteriormente trabajamos la primera y segunda tónica planteada por Sigmund Freud dos teorías que funcionan de forma dinámica, se interrelacionan. El YO mantiene la armonía entre los deseos del ELLO y las imposiciones del SUPERYO.

Esta dinámica es permanentemente cambiante, no funciona de forma rígida; en las personalidades sanas existe un equilibrio entre el ELLO, YO y SUPERYO bajo la coordinación del YO, pues entre sus funciones está el contacto con la realidad. Por ende el YO para defenderse de los inconvenientes ocasionados por el ELLO utiliza como recurso los MECANISMOS DE DEFENSA, también descubiertos por Freud; los mismos son utilizados de forma inconsciente, que los individuos emplean para defenderse de emociones o pensamientos que producirían ansiedad, sentimientos depresivos o una herida en la auto-estima si llegasen a la consciencia. no advertimos que lo estamos haciendo. Uno de los primeros que descubrió Freud fue el mecanismo

de la REPRESIÓN, mediante el cual aquellos contenidos conflictivos aparecen como “olvidados”. A lo largo del trabajo desarrollaremos algunos más a los cuales le sumaremos ejemplos.

La función de estos mecanismos es tratar de reducir al máximo las consecuencias que puede tener en un individuo una situación muy intensa emocionalmente para que, de esta forma, la persona pueda seguir funcionando normalmente.

Las funciones de mecanismos de defensa son las siguientes:

**Lograr un reequilibrio entre las realidades internas y las externas.*

**Autorregular la posibilidad de satisfacer los impulsos.*

**Facilitar una adaptación adecuada con la sociedad.*

**Permitir un correcto desarrollo de la personalidad*

**Proteger el equilibrio emocional.*



MECANISMOS DE DEFENSA.

Negación:

Se rechaza de manera certera aquello que está ocurriendo con la convicción de que, si no se reconoce como real, es que no ocurre de verdad. Lo que el sujeto hace es bloquear aquellos eventos inaceptables para que de esta manera no pasen a formar parte de la consciencia.

EJEMPLO: Un alcohólico que niega su adicción y dice que beber alcohol no tiene un impacto negativo en su salud - *El Ello siente una fuerte necesidad de beber alcohol y para no enfrentarse al Superyó, niega el impacto negativo de la adicción.*

Proyección:

Proyectar tus pensamientos y emociones en los demás (es decir, mencionar que tu colega se ve muy nervioso por su evaluación de desempeño, cuando en realidad eres tú el que está ansioso).

Con este mecanismo, los sujetos atribuyen sus actos, pensamientos y conductas propias e inaceptables a otras personas. Es decir, niega que él o ella las haya llevado a cabo por voluntad propia, sino que ha sido por culpa del exterior que estas se hayan producido.

EJEMPLO: Una persona que se siente insegura sobre su cuerpo, puede proyectar esa inseguridad reprochando ese mismo sentimiento en esa persona. "¡Eres demasiado inseguro!" - Cuando en realidad la persona insegura no es la señalada sino él o ella.

Represión:

La persona es totalmente consciente de lo que está ocurriendo, sin embargo, **de manera voluntaria decide olvidar u omitirlo**. Es un mecanismo de defensa que desencadena en el sujeto un reflejo de inhibición.

EJEMPLO: Un niño vive un recuerdo traumático en la infancia y lo reprime de manera que, con el paso de los años llega a olvidarlo y así evita enfrentarse a esa vivencia.

Regresión:

De manera inconsciente, el sujeto vuelve a **adoptar conductas y formas de funcionamiento de su infancia** de modo que esto le permita evitar el conflicto al que se ha de enfrentar. Se considera un mecanismo de defensa fluctuante y habitual en todas las personas.

EJEMPLO: Una persona adulta que no quiere afrontar un divorcio y empieza a comportarse como un adolescente (saliendo de fiesta, tomando alcohol en exceso, teniendo una conducta sexual inmadura...)

Sublimación:

Es el mecanismo de defensa maduro el cual permite a los individuos a canalizar todas aquellas pulsiones (estímulos o impulsos, normalmente de contenido sexual o agresivo) y orientarlas hacia conductas consideradas aceptables en nuestra sociedad.

EJEMPLO: Una persona está llevando a cabo la sublimación cuando sustituye su pulsión sexual por alguna actividad cultural o intelectual (crear arte, leer, escribir...)

CONSIGNA:

1* Luego de leer los mecanismos de defensa que te presentamos y prestar atención al video explicativo que las profes enviaremos a los grupos correspondientes, realiza dos ejemplos de cada uno de los mecanismos expuestos.

Esta actividad deberás realizarla en tu carpeta de Psicología.

Con la profe le dejamos un video solo para ampliar lo que hemos desarrollado en estas dos últimas entregas: <https://www.youtube.com/watch?v=tZtH9YU2N30>

CIERRE:

Nos despedimos esperando logren resolver la consigna propuesta, ante cualquier consulta estamos a su disposición. Un abrazo virtual y afectuoso, sus profes Noelia y Mónica!!



Bibliografía:

* Alcira, Orsini; Leticia Bossellini. PSICOLOGÍA; UNA INTRODUCCIÓN. Ciudad autónoma de Bs.As.AZ, 2018.

* <https://www.psicologia-online.com/mecanismos-de-defensa-que-son-tipos-y-ejemplos-4990.html>