

Octubre 2021

PSICOLOGIA

Foro 2

Nombre: Jacqueline Montserrat Selvas Pérez

Nombre: Yasmin Lourdes Gonzales Sarabia

Qué son los mecanismos de defensa?

Los mecanismos de defensa están determinados por la forma en que el ego está organizado: cuando está bien organizado, tiende a tener reacciones más conscientes y racionales. Y puede que ciertas situaciones que hayan vivido desencadenen sentimientos inconscientes, provocando reacciones menos racionales y objetivas y activando luego los diferentes mecanismos de defensa para proteger al Ego de un posible disgusto psíquico, anunciado por estos sentimientos de ansiedad, miedo, culpa, entre otros. Para dar una idea mejor diríamos que los mecanismos de defensa son acciones psicológicas que buscan reducir las manifestaciones peligrosas del Ego.

Hay al menos quince tipos de mecanismos de defensa conocidos y explicados por las teorías de la psicología. Algunas de estas serían: compensación, expiación, fantasía, formación reactiva, identificación, aislamiento, negación, proyección y regresión.

Todos los mecanismos de defensa requieren una cierta inversión de energía y pueden ser satisfactorios o no en el cese de la ansiedad, lo que permite dividirlos en dos grupos: los mecanismos de defensa exitosos y los ineficaces. Los exitosos son aquellos que logran disminuir la ansiedad ante algo que es peligroso. Los ineficaces son aquellos que no logran disminuir la ansiedad y terminan siendo un ciclo de repeticiones. En este último grupo se encuentran, por ejemplo, las neurosis y otras defensas patógenas.