

**Alumna: Adriana Itzel Gallegos
Gómez.**

**Docente: Lic. Sandy Naxchiely Molina
Román.**

“Mecanismos de Defensa”.

Materia: Psicología Médica.

PASIÓN POR EDUCAR

1er semestre.

“B”.

LOS MECANISMOS DE DEFENSA.



A veces no nos podemos enfrentar o afrontar a ciertas situaciones en nuestra vida. En estos casos aparecen los denominados mecanismos de defensa de manera instantánea.

¿QUÉ SON?

Reacciones inconscientes en situaciones emocionalmente difíciles de aceptar y que nuestro cerebro utiliza para intentar mantener nuestro equilibrio psicológico y evitar sufrimiento o malestar.



¿SON NORMALES?

¡Sí!, Se consideran absolutamente normales y naturales en la actividad psíquica del ser humano, y están presentes en todas las personas.

P E R O . . .

¿CÓMO SE CLASIFICAN?



PRIMARIOS.



- **Negación:** nos cuesta mucho aceptar un hecho o noticia a pesar de tenerlas evidencias.
- **Proyección:** atribuimos nuestras propias emociones, pensamientos o deseos a otras personas.
- **Escisión:** consiste en separar el mundo y las personas en buenos y malos.

- **Regresión:** cuando una persona se enfrenta a situaciones estresantes o desafiantes, puede regresar a conductas infantiles.
- **Desplazamiento:** transferimos características, sentimientos o emociones de un objeto o persona a otro/a.
- **Inversión:** consiste esencialmente en transformar lo pasivo en activo.

SECUNDARIOS.



AUNQUE...



Se mencionó que son normales y naturales en el ser humano, y están presentes en todas las personas, pueden resultar patológicos si se produce un abuso de ellos o se manifiestan con excesiva rigidez.

Bibliografía.

Guitart, J. (s.f.). *Lateralidad y psicomotricidad*. Obtenido de <https://lateralidad.com/mecanismos-de-defensa-tipos-y-como-actuan-en-nosotros/#:~:text=Los%20mecanismos%20de%20defensa%20son,nos%20supondr%C3%ADa%20enfrentar%20esa%20realidad.>

Mente, P. y. (30 de mayo de 2015). Obtenido de <https://psicologiaymente.com/psicologia/mecanismos-de-defensa>