



Sabina Thiare Del Valle Hernández

Lic. Sandy Naxchiely Molina Román

**Super nota de Mecanismos de
Defensa**

Psicología Médica

1" B"

MECANISMOS DE DEFENSA

¿QUE ES?

Son reacciones inconscientes que se tiene en situaciones emocionalmente difíciles de aceptar



SU FUNCIÓN:



Protegernos del sufrimiento al evitarnos las emociones dolorosas, los pensamientos negativos, la ansiedad y eventuales bloqueos.



TIPOS:

NEGACIÓN:



Se da en situaciones en las que nos cuesta mucho aceptar un hecho o noticia, como el no ser correspondidos por la persona que amamos o la pérdida de un ser querido.



REPRESIÓN:



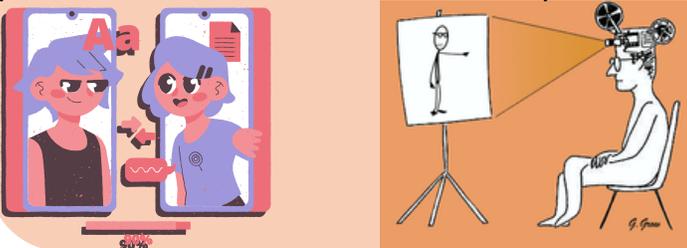
Actúa para que la persona olvide experiencias traumáticas: para evitar contactar con pensamientos, recuerdos, impulsos.



PROYECCIÓN:



Atribuimos nuestras propias emociones, pensamientos o deseos a otras personas



REGRESIÓN:



Cuando una persona se enfrenta a situaciones estresantes o desafiantes, puede regresar a conductas infantiles.



DESPLAZAMIENTO:



Hay desplazamiento cuando transferimos características, sentimientos o emociones de un objeto o persona a otro/a.



RACIONALISMO:



Es cuando pretendemos justificar situaciones o errores que hemos cometido con razones o argumentos supuestamente lógicos.



Bibliografía

Guitart, J. (2021, February 2). *Mecanismos de defensa: tipos y cómo actúan en nosotros - Centro de lateralidad y psicomotricidad Joëlle Guitart*. Centro de Lateralidad Y Psicomotricidad Joëlle Guitart. <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>