

# DESCRIPCIÓN DE MECANISMOS DE DEFENSA PSICOANALÍTICOS Y BLOQUEOS GESTÁLTICOS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA

*Description of psychoanalytic defense mechanisms and gestalt blocking in students of major in psychology*

**MTRA. EN P.G. KAREN EUNICE BÉJAR BLANCAS**

*Docente del Campus Universitario Siglo XXI*

**MTRA. EN P.P. NAYELI VÁZQUEZ DEL MERCADO PINEDA**

## RESUMEN

Dentro de la presente investigación se logró la descripción de mecanismos de defensa psicoanalíticos y bloqueos gestálticos en los alumnos de Psicología del Campus Universitario Siglo XXI. La importancia de este trabajo radica en poder reconocer la frecuencia con la que dichos mecanismos y bloqueos aparecen en los alumnos de esta Licenciatura, buscando así incrementar los niveles de bienestar psicológico en la sociedad.

Para lo anterior, se aplicaron dos instrumentos, el TPG y el TAT, encontrándose que el bloqueo con mayor porcentaje de aparición es la Fijación, con el 22.71%. En segundo término se encuentra la Postergación, con el 16.71%, y para finalizar, el tercer bloqueo con mayor porcentaje de aparición es la Deflexión, con un porcentaje del 14.42%.

Por otro lado En relación a los mecanismos de defensas se encontró que el componente con mayor porcentaje de aparición, es la Racionalización con un 14.57%, en segundo lugar aparece la Introyección con un porcentaje de 11.85, y en tercer lugar el mecanismo de Formación Reactiva con un 10.85%. Se concluye que es importante cuidar el bienestar psicológico de los alumnos en formación profesional, sobretodo, si su campo de estudio es justamente la salud mental.

**PALABRAS CLAVE:** bloqueos gestálticos, mecanismos defensivos, psicólogo.

## ABSTRACT

This investigation achieves the description of psychoanalytic defense mechanisms and Gestalt blockages in students of Campus Universitario Siglo XXI. The importance of this work is to recognize the frequency with these mechanisms and blockages appear in these students, looking for increased levels of psychological well-being in society. For this, two instruments, the TPG and TAT were applied; finding that blockages highest percentage of occurrence is the Fixation, with 22.71%. Second is the Postponement with 16.71%, and finally the Deflection with 14.42%. On the other hand, the most found mechanism is the Rationalization (14.57%), then Introjection (11.85%) and reaction formation (10.85%). The conclusion is the importance of taking care of student's psychological well-being during vocational training, especially if your field of study is related to mental health.

**KEY WORDS:** Gestalt blockages, Defensive mechanisms, Psychologist

# INTRODUCCIÓN

El psicoanálisis se define como un método de investigación que permite evidenciar la significación inconsciente de actos, palabras y producciones imaginarias, fundándose en las libres asociaciones del sujeto, que permiten construir interpretaciones. También se le puede considerar como un método psicoterapéutico fundado sobre esa investigación y caracterizado por las interpretaciones de la resistencia, la transferencia y el deseo. Braunstein (2003).

Sigmund Freud (citado por Anna Freud, 2012) nos dice que las defensas “son como designación general de todas las técnicas de que se sirve el yo en los conflictos eventualmente susceptibles de conducir a la neurosis”.

El término “Mecanismo” fue utilizado desde un principio por Freud, para indicar el hecho de que los fenómenos psíquicos muestran una disposición susceptible de observación y de análisis científico, en la misma época en que establece el concepto de defensa y lo sitúa en el origen de los fenómenos histéricos (Laplanche & Pontalis, 1993).

Los mecanismos de defensa principales, planteados por Anna Freud (2012) son los siguientes:

- a) Represión: Consiste en rechazar y mantener alejados de los conscientes a determinados elementos. Freud, S. (1915)
- b) Regresión: Consiste en regresar a periodos anteriores del desarrollo o a comportamientos antiguos, que eran más satisfactorios (2012).
- c) Formación Reactiva: Actitud o hábito psicológico de sentido opuesto a un deseo reprimido y que se ha constituido, como reacción contra éste. (Laplanche & Pontalis, 1993).
- d) Aislamiento: Un hecho, una idea (Freud, 2012).

Por su parte, la Psicoterapia Gestalt, reconoce que los ciclos interrumpidos por una perturbación en la frontera de contacto producen alteraciones de origen interno y/o externo en el sujeto que no permite un desenvolvimiento libre de sí mismo.

Perls (citado por Ginger y Ginger, 1993) dice que los mecanismos neuróticos, también llamados bloqueos, se entienden como una anomalía del funcionamiento. La Gestalt no tiene como fin atacar, vencer, o sobrepasar las resistencias, sino, volverlas más conscientes y más adaptadas a la situación del momento, así las resistencias pueden ser normales y necesarias para el equilibrio psicosocial.

De acuerdo con Salama (2012), el bloqueo es una acción del “Pseudo Yo” que impide el libre fluir de la energía y los existentes son los siguientes:

- a) Desensibilización: implica una negación del contacto sensorial entre el organismo y la necesidad emergente.
- b) Proyección: se atribuye algo externo al individuo como perteneciente a él, sin embargo, dicho sujeto lo niega.
- c) Introyección: implica la incorporación de actitudes, ideas y creencias que no fueron asimiladas por el organismo y que son distónicas con el Yo.
- d) Retroflexión: consiste en que la persona se haga a sí misma lo que le gustaría hacerle a los demás, quienes por lo general, son personas significativas para ella y están en relación con la energía agresiva.
- e) Deflexión: el organismo evita enfrentar al objeto relacional dirigiendo su energía a objetos que son alternativos y no significativos.
- f) Confluencia: el individuo no distingue límite alguno entre su sí mismo y el medio.
- g) Fijación: consiste en la necesidad de no retirarse del contacto, lo que lo lleva a rigidizar sus patrones de conducta.
- h) Postergación: impide la continuidad natural de cada momento, evitando el proceso de asimilación – alienación de la

experiencia e impidiendo el reposo.

Aunado a esto, es importante mencionar que, el psicólogo es un profesionista con capacidad de flexibilidad, liderazgo y creatividad, con vocación de servicio social que le permite comprometerse con su medio, desarrollando como cualquier otro una identidad específica que le sirva de base en su desempeño (Harrsh, 2005).

Por lo tanto, el psicólogo debe tener más que ningún otro profesionista el conocimiento de su mundo y su conflicto interno, desarrollando la tolerancia a la frustración, angustia y depresión, como rasgos importantes en el control de los impulsos instintivos.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación plantea el objetivo de describir la frecuencia de aparición de los mecanismos de defensa Psicoanalíticos y bloqueos Gestálticos en los alumnos de Psicología del Campus Universitario Siglo XXI.

Para tal efecto, se utilizó un diseño transversal, el cual indica que la recolección de datos es en un sólo momento, y en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación, en un momento dado (Hernández, 2006).

El tipo de estudio es ex post facto, el cual se caracteriza porque en ella, el investigador no tiene control directo sobre las variables independientes, debido a que la manifestación de éstas ya aconteció o son intrínsecamente no manipulables. (López, 2007).

La investigación se manejó a un nivel descriptivo, con el propósito de obtener la frecuencia de aparición de los mecanismos psicoanalíticos y bloqueos gestálticos de los alumnos del Campus Universitario Siglo XXI de la licenciatura en Psicología.

Se recurrió a la utilización de un instrumento proyectivo que proporcionó información sobre

las variables a medir, llamado Test de Apercepción Temática (T.A.T.), sustentado en la teoría psicoanalítica, para fines de la investigación se puso especial atención en los mecanismos de defensa que se muestran en las historias de cada sujeto.

El segundo instrumento que se empleó, es el Test de Psicodiagnóstico Gestalt de Salama, el cual tiene como propósito detectar los rasgos y actitudes, en el momento presente del sujeto, teniendo en cuenta la especificidad de su contexto, incorporando los elementos más fundamentales y característicos del enfoque Gestalt, centrándose en el proceso más que en el contenido.

## PROCEDIMIENTO

La obtención de información para el procesamiento de datos se llevó en dos tiempos, con respecto al Test de Apercepción Temática (TAT), se evidenció información en el cuadro de registro de aparición de mecanismos de defensa encontrados.

En un segundo tiempo, se hizo la aplicación del Test de Psicodiagnóstico Gestalt de Salama, el cual arrojó los bloqueos gestálticos que presentan los alumnos, los cuales también se llevaron a un cuadro de registro.

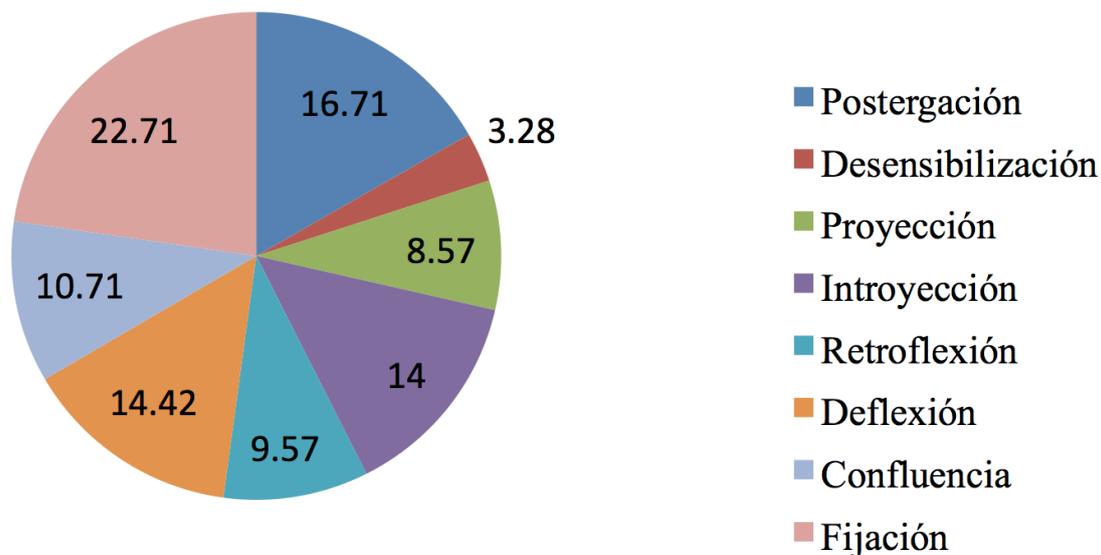
Una vez que se obtuvieron los resultados de aplicación de cada uno de los instrumentos, se llevó a cabo un registro de frecuencias en una hoja de cálculo de Excel; posteriormente, se realizó un análisis descriptivo que muestra cuál es la frecuencia de los mecanismos de defensa y bloqueos gestálticos en los alumnos de la licenciatura en Psicología.

## RESULTADOS

A partir de los resultados obtenidos, se describen los bloqueos y mecanismos defensivos utilizados por los alumnos. En relación a lo anterior, se encuentra la siguiente gráfica de resultados de los bloqueos gestálticos en la Licenciatura.

Figure 1. Emotional blocking

Figura 1. Bloqueos Emocionales



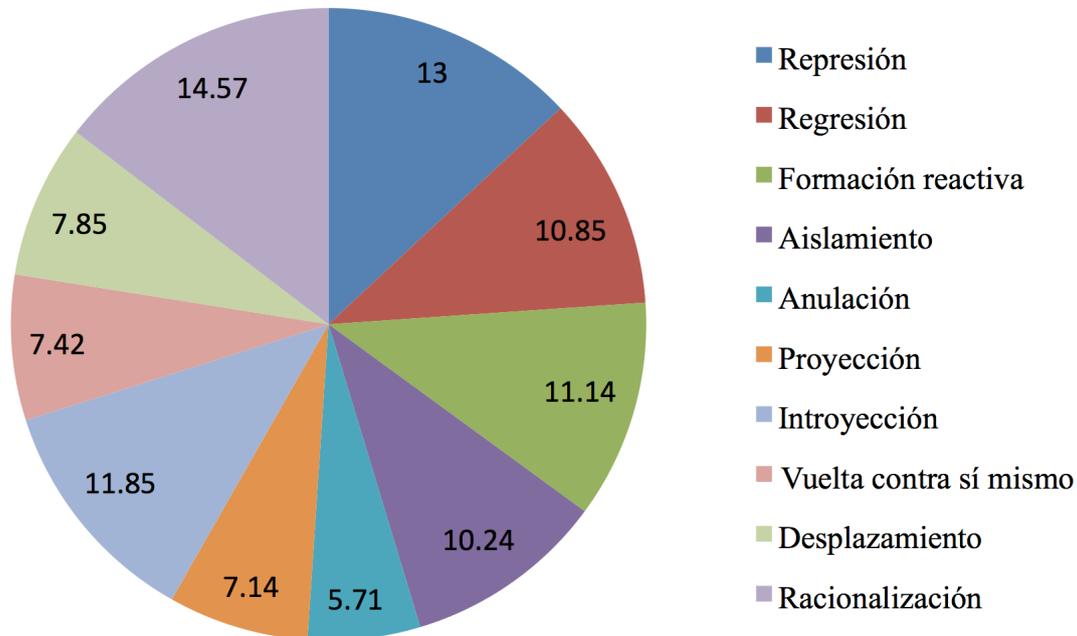
La anterior gráfica muestra el porcentaje de aparición de los bloqueos gestálticos, en la cual se observa que el bloqueo con mayor porcentaje de aparición es el de fijación (22.71%), el cual consiste en la necesidad del sujeto de no retirarse del contacto, llevándolo a rigidizar sus patrones de conducta. En segundo lugar se encuentra el bloqueo de postergación (16.71%), el cual sirve para impedir la continuidad de cada momento, evitando el proceso de asimilación - alienación de la experiencia, impidiendo así el reposo. Y el tercer bloqueo con mayor porcentaje de aparición (14.42%), es el de Deflexión, el cual indica que el organismo evita enfrentar al objeto relacional dirigiendo su energía a objetos que son alternativos y no significativos, evitando enfrentar lo desagradable.

A partir de lo anterior, puede decirse que los alumnos se encuentran en un estado de comodidad, del cual no quieren salir, dejando para después cosas importantes y dirigiendo esta energía a cosas contrarias a las que necesitan.

A continuación, se presentan los resultados de la Licenciatura de los mecanismos defensivos utilizados por los estudiantes.

Figure 2. Defense Mecanism

Figura 2. Mecanismos de defensa



La anterior gráfica nos muestra el porcentaje de aparición de los Mecanismos de defensa a nivel Licenciatura, indicándonos que el Mecanismo con mayor porcentaje de aparición es la Racionalización (14.57%), que se entiende como el procedimiento mediante el cual el sujeto intenta dar una explicación coherente, desde el punto de vista lógico, o aceptable a una actitud, acto, sentimiento, idea, etc. En segundo término podemos encontrar la Introyección (11.85%), que es definida como un proceso puesto en evidencia por la investigación analítica como: el sujeto hace pensar en forma fantaseada, del afuera al adentro objetos y cualidades inherentes a éstos. Por último, podemos encontrar a la Formación reactiva (11.14%), la cual es una actitud o hábito psicológico de sentido opuesto a un deseo reprimido y que se ha constituido, como reacción contra éste.

Por lo tanto, podemos decir que los alumnos realizan actos que se encuentran dirigidos hacia la realización de deseos reprimidos, mediante acciones o actividades opuestas que sean aceptables dentro de su contexto y así puedan dar una explicación coherente y elaborada de dicha acción, tomando también en cuenta los introyectos que el sujeto ha ido adquiriendo a lo largo de su experiencia de vida.

Aunque las gráficas están basadas en enfoques distintos, se observa una similitud entre bloqueos y mecanismos defensivos, encontrando a la racionalización con mayor frecuencia que según Laplanche (1996) define como el procedimiento mediante el cual el sujeto intenta dar una explicación coherente, desde el punto de vista lógico o aceptable, desde el punto de vista moral a una actitud, un acto, una idea, un sentimiento, etc. Al retomar la frecuencia más alta de los bloqueos gestálticos, encontramos a la

fijación, el cual refiere Salama (2012) consiste en recordar una experiencia que se queda rondando y molestando en nuestra cabeza, lo cual implica que existen situaciones truncas en las que el sujeto sigue rumiando.

Ambos comparten la característica de la presencia de ideas constantes y obsesivas que se encuentran orientadas a la explicación lógica de las cosas.

Al retomar las características esenciales del psicólogo, el cual debe ser crítico, reflexivo y analítico de situaciones cotidianas, por tanto, una parte de la presencia de este mecanismo y bloqueo puede ser benéfica para el ejercicio profesional. Asimismo, la estructura obsesiva refiere que se expresa por un modo de pensamiento caracterizado por la duda y escrúpulos que conducen a inhibiciones de pensamiento y acción (Mijolla y Mijolla (1996), asemejándose de esta manera a las características esenciales del mecanismo de represión, el cual se encuentra presente de manera constante dentro de la población.

De acuerdo al ciclo de la experiencia que propone Salama se observa que el bloqueo de sensibilización existe en menor frecuencia, sin embargo el autoengaño referente a la figura se presenta dentro de esta fase, haciendo referencia al mismo autor, la desensibilización se da entre el reposo y la sensación y consiste en bloquear las sensaciones tanto del medio externo como del interno, esto estimula el proceso de intelectualización, por el que se intenta explicar por medio de racionalizaciones la falta de contacto sensorial.

Asimismo, Harrsh (2005) refiere que la realidad interna significa el conocimiento de fenómenos mentales capaces de hacerse conscientes.

El psicólogo deberá desarrollar la tolerancia para la frustración, angustia y depresión, como rasgos importantes en el control de los impulsos instintivos. Ésta es la capacidad para posponer la

satisfacción esperada por los deseos internos en forma armoniosa o modulada, la cual se observa bloqueada dentro de la población.

De la misma forma se hace mención de la postergación, que según Salama (2012) se localiza dentro de la fase de reposo, evitando así el proceso de asimilación – alineación de la experiencia, por lo que impide el reposo, ya que no permite asimilar la experiencia, y toda su energía está enfocada a encontrar la salud, de esta manera al postergar surge un manejo de agresión tipo excitado, el cual genera una crisis, llevándolo al conflicto interno, ya que no puede llevar a cabo las situaciones que se le presentan para con las demás personas, dando como resultado también el eje de valor de respeto bloqueado.

## CONCLUSIÓN

A partir de los resultados de las frecuencias de mecanismos de defensa psicoanalíticos y bloqueos gestálticos presentes en los alumnos de la licenciatura en Psicología del campus Universitario Siglo XXI se concluye que:

1. El 14.57% de la población de la licenciatura en Psicología, busca con prioridad la explicación de las situaciones a las que se enfrenta constantemente para disminuir la angustia, refiriéndose con esta definición al mecanismo de defensa de racionalización, el cual es una característica normal, en frecuencia baja, para no tener problemas en la empatía dentro del quehacer del psicólogo.
2. El 11.85% de la población de la licenciatura en Psicología atribuye a otros sentimientos y características anuladas en su persona, refiriéndose al mecanismo de defensa de anulación.
3. El 22.71% de la población de la licenciatura en Psicología recurre a utilizar situaciones de fijación ante la angustia, es decir, que el sujeto queda en una misma situación sin reaccionar y se relaciona con el bloqueo de

postergación.

4. En tanto el 16.71% de la población de la licenciatura en Psicología, en ocasiones no encuentran aspectos positivos en lo que están viviendo, por lo cual, dejan para después asuntos importantes, lo que nos lleva a hacer referencia al bloqueo gestáltico de postergación que tiene relación con la conclusión anterior.

5. Es de suma importancia el considerar la salud mental del promotor de la salud mental, por lo tanto, procesos de evaluación y diagnóstico en estudiantes nos llevan a la temprana intervención, formando al psicólogo no sólo en conocimientos, sino también como ser humano.

## REFERENCIAS

Braunstein, N. (2003) *Psicología, ideología y Ciencia*. Siglo XXI. México

Freud, A. (2012) *El Yo y los mecanismos de defensa*. Paidós. México

Ginger y Ginger (1193) *Gestalt, una terapia de contacto*. Manual Moderno. México

Harrsch, C. (2005) *Identidad del Psicólogo*. Pearson Educación. México

Hernández Fernández y Baptista (2006), *Metodología de la investigación*. Mc. Graw Hill. México

Laplanche (1996) *Diccionario de Psicoanálisis*. Paidós. España

López A. (2007) *El método en ciencias del comportamiento*, Mc. Graw Hill. México

Mijolla y Mijolla (1996) *Fundamentos de Psicoanálisis*. Síntesis. Francia

Salama, H (2006) *Manual del Test de Psicodiagnóstico Gestalt de Salama*. Centro Gestalt de México. México

Salama, H. (2012) *Gestalt 2.0 actualización de Psicoterapia Gestalt*. Alfaomega. México