

Los Mecanismos de defensa: una comparación teleológica entre Sigmund y Anna Freud

Álava Alcívar, Miguel Ángel; Álava Alcívar, José Luis

Miguel Ángel Álava Alcívar

malava@liceopanamericano.edu.ec

Universidad de Guayaquil, Ecuador

José Luis Álava Alcívar Jluisalava85@gmail.com

Universidad de Guayaquil, Ecuador

Revista Perspectivas

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

ISSN: 2145-6321

ISSN-e: 2619-1687

Periodicidad: Trimestral

vol. 4, núm. 14, 2019

perspectivas@uniminuto.edu

Recepción: 22 Abril 2018

Aprobación: 03 Diciembre 2018

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/638/6383198006/>

Resumen: Para identificar los Mecanismos De Defensa según el punto de vista del estudio de comportamiento entre Sigmund Freud y Anna Freud y cómo el ser humano, según estos autores, han desarrollado desde la psicología distintos aspectos para aislarse o compenetrarse mejor con la sociedad, es importante señalar que por Mecanismos de Defensa se entiende los procedimientos que mantienen el equilibrio psicológico de manera inconsciente para enfrentar la angustia o la ansiedad, estos puede proteger al individuo de las agresiones externas o pueden afectar la visión de la realidad. Para lo cual se analizará la naturaleza del inconsciente y por qué se relacionaría con Los Mecanismos De Defensa.

Se determina y se debate sobre los temas anteriormente expuestos, proporcionando como resultado una síntesis sobre las diferentes posturas entre si relacionadas, con el propósito de afianzar la los distintos tipos, según Sigmund Freud, tales como: Represión, Desplazamiento (Transferencia, Fobia, Desplazamiento), Formación Reactiva, Aislamiento, Anulación, Somatización, Conversión, Escisión, Proyección e Identificación Proyectiva, Introyección, Negación, Supresión, Altruismo, Sublimación, Humor, de los cuales se analizarán los más importantes para comprender en qué se asemejan y en qué se diferencian ambos autores.

Palabras clave: Psicología, Mecanismos, Psicopatologías.

Abstract: To identify the Defense Mechanisms according to the point of view of the study of behavior between Sigmund Freud and Anna Freud and how the human being, according to these authors, have developed different aspects from psychology to isolate or better interact with society, it is important to point out that Defense Mechanisms means the procedures that maintain the psychological balance unconsciously to face the anguish or anxiety, these can protect the individual from external aggressions or can affect the vision of reality. For which the nature of the unconscious will be analyzed and why it would be related to Defense Mechanisms.

The issues discussed above are determined and discussed, providing as a result a synthesis of the different positions related to each other, with the purpose of strengthening the different types, according to Sigmund Freud, such as: Repression, Displacement (Transfer, Phobia, Displacement), Reactive Training, Isolation, Annulment, Somatization, Conversion, Excision, Projection and Projective Identification, Introjection, Denial, Suppression, Altruism, Sublimation, Humor, of which the most important ones will be analyzed to understand how they resemble and how Both authors differ.

Keywords: Psychology, Mechanisms, Psychopathologies.

1. Introducción

Sigmund Freud¹ desde joven sintió la vocación de ser investigador, concretamente por todo lo relacionado con la fisiología, estudió medicina y biología y especializó en neurología clínica. Freud no fue el creador del psicoanálisis, pero sí afianzó y desarrolló esta teoría, por lo que fue considerado como uno de los psicólogos más influyentes no solo de su época si no también de toda la historia del psicoanálisis y del pensamiento. Sigmund Freud tuvo una hija llamada Anna Freud, quien centró sus trabajos en el estudio psicoanalítico de la infancia y la adolescencia.

¿Cómo fue el desarrollo de la teoría del psicoanálisis? En primer lugar el psicoanálisis comienza a partir del tratamiento clínico de pacientes con diversos padecimientos psíquicos de Sigmund Freud. Este proceso se divide en diferentes métodos para proceder con la investigación de estas enfermedades psicológicas, los cuales se dividen en dos: El modelo Teórico descriptivo y el Teórico explicativo de los mecanismos, procesos y fenómenos que forman parte de la vida del ser humano. En segundo lugar el psicoanálisis también se refiere y va dirigido a las terapias y procedimientos terapéuticos practicados en pacientes con enfermedades patológicas. En tercer lugar, el psicoanálisis también hace referencia al método psicoanalítico ¿Qué es un método psicoanalítico? Es un método de investigación que ha sido aplicado no solo en clínicas si no también puede ser aplicado de forma individual y a los análisis de fenómenos culturales como la etnología y la antropología.

El consciente, inconsciente, preconsciente

El psicoanálisis debe aclarar siempre la diferencia entre consciente e inconsciente, para evitar interpretaciones incompletas o demasiado subjetivas, y para ello se debe recordar cuáles fueron los planteamientos de Freud sobre esta estructura, la cual se detalla:

Consciente.- La consciencia es descrita por Freud como “La superficie del aparato psíquico, en el que se encuentran todas las percepciones que llegan vienen de afuera (percepciones sensoriales) y las internas que son las sensaciones y sentimientos” (Freud S. , 1923) es decir que a la consciencia llegarían todas las percepciones externas e internas, no olvidar que desde el inconsciente se manifiestan otras condiciones de la psicología humana y que el consciente recibe, Sigmund Freud explica que “El estado de la conciencia pasa con rapidez; la representación ahora consciente no lo es más en el momento que sigue, sólo que puede volver a serlo bajo ciertas condiciones que se producen con facilidad” (Freud S. , 1923) quiere decir que lo percibido será consciente siempre y cuando sea útil para la persona, caso contrario las percepciones se vuelven latentes al transcurrir el tiempo y también dependerá del grado de satisfacción o malestar que estas generen en ella.

Inconsciente.- Es para Freud un sin número de “Procesos psíquicos latentes incapaces de volverse conscientes, al haberse reprimido de la conciencia” (Freud

S. , 1923) es decir son todas aquellas percepciones que dentro de la psiquis podrían generar algún tipo de malestar.

Preconsciente.- El punto de unión entre el consciente e inconsciente siendo este según Freud “Un sistema crítico cuya función es la de tomar decisiones conscientes, y se sitúa en el extremo motor” (Freud S. , 1923) para que los procesos de pensamiento que son inconscientes alcancen el nivel consciente es necesario que sean enlazados con el lenguaje, porque es la función que realiza esta instancia, pero no todos estos pensamientos se volverán conscientes, debido a que se presenta una fuerza llamada censura que controlará también los elementos que pasarán a la conciencia.

Sigmund Freud en su libro *El Yo y el Ello* comparte que hay una instancia más en el aparato psíquico del ser humano a parte del consciente y el inconsciente, argumentando que “La diferencia efectiva entre una representación inconsciente y una preconsciente consiste en que la representación inconsciente se consume en algún material que permanece no conocido, mientras que en el caso de la segunda se añade la conexión con representaciones- palabra” (Freud S. , 1923)

Mecanismos de defensa según Sigmund Freud

Estos mecanismos se manifiestan frecuentemente durante el proceso psicoterapéutico, dificultando y/o ayudando en la evolución del tratamiento, y se manifiestan como resistencias para no hacer conscientes el contenido que el Yo ha mantenido inconsciente para mantener el equilibrio mental, pero cuando se logra identificar estas resistencias y los mecanismos de defensa que las sustentan, se logra abrir una ventana que permitirá avanzar en la terapia y por lo tanto, ayudar con el sufrimiento por la cual el paciente ha consultado. Es importante recordar que Sigmund Freud reconoce al aparato físico fue concebido a partir de 3 registros. El primero las tópicas, que hacen referencia a los diferentes lugares de la psiquis; el segundo es el registro dinámico que trata sobre la existencia de un conflicto psíquico y finalmente el registro económico que se refiere a la energía psíquica que se moviliza en la psiquis de la persona constituida por el consciente, preconsciente e inconsciente. Sigmund Freud detalla a continuación los siguientes mecanismos:

Represión. Según Sigmund Freud, es el Mecanismo de Defensa principal del Yo y es el usado principalmente por la mayoría de personas quienes tenemos una estructura neurótica de la personalidad o por personas con personalidad histérica de nivel superior. La Represión consiste en expulsar de la conciencia toda expresión de deseos, sentimientos o fantasías inaceptables impulsadas principalmente por el Ello. Sin embargo, debido a que la carga energética de estos deseos y fantasías inaceptables puede ser muy elevada, el aparato psíquico necesitará implementar otras estrategias a fin de expresar el contenido del Ello, por lo cual, el Yo implementará sus estrategias defensivas alternas para evitarlo. “Implica que un elemento es rechazado de la conciencia y permanece inconsciente. Desde el inconsciente pugna por expresarse, por ganarse acceso a la conciencia” (Campbell, 2013) La represión vendría a ser el principal mecanismo de defensa pues los demás están ligados en cierta manera a este, “La esencia del proceso de la represión no consiste en suprimir y destruir una idea que representa al instinto sino en impedirle hacerse consciente” (Freud S. , 1923)

Desplazamiento. La carga emocional hacia una fuente, algún evento o hacia una persona, se dirigen por un proceso inconsciente que pueda ser aceptada en la consciencia por el Yo.

Estas expresiones son:

– Transferencia, es el proceso mediante el cual se transfiere o adhiere hacia una persona del presente, sentimientos o carga emocional que se encuentra adherido a una persona de nuestro pasado. Este mecanismo se manifiesta de manera común en psicoterapia cuando el paciente transfiere la carga emocional adherida a uno de sus progenitores hacia la figura actual del terapeuta.

– La fobia, es un sustituto inofensivo y consciente, al cual se le adhiere la ansiedad que estuvo a determinada fuente inconsciente. Un ejemplo muy común en psicoanálisis es cuando un niño manifiesta un fuerte temor hacia los perros sin haber sido atacado antes, ya que le adhirió la ansiedad que había fijado en el padre por el temor a ser castrado por este (Fase Edípica² del Desarrollo Psicosexual del niño, según Sigmund Freud). De esta manera, el inconsciente expresa su ansiedad contenida en el Ello, el Yo expresa la ansiedad en la consciencia de una manera aceptable y el niño puede establecer una relación más armoniosa con el padre ya que no mantiene la ansiedad de manera consciente hacia éste en la actualidad.

Formación Reactiva. Significa adoptar un carácter totalmente opuesto al deseo o impulso inaceptable del cual se pretende alejar, por ejemplo el Trastorno Obsesivo Compulsivo. Se puede hablar del hijo que siente odio por su padre, pero al no ser algo aceptado socialmente y al tener que convivir diariamente con él, este sentimiento podría generar un malestar muy fuerte por lo que lo reprimirá y en su 22 intento de salir, al utilizar la formación reactiva el Yo transformará este sentimiento en lo contrario, mostrando así un amor exagerado, incluso dependiente hacia la figura paterna.

Según A. Freud este mecanismo de defensa sirve “Como garantía contra el retorno de lo reprimido desde adentro” (Freud S., 1923) Al asegurar la represión mediante la formación reactiva el Yo se vale de la capacidad del instinto para la conversión en lo contrario.

Negación. El Yo al luchar contra los impulsos del Ello por el intento de fuga de lo reprimido, en algunas ocasiones activará el mecanismo de defensa de la negación, así el Yo según Freud (1954) “Se capacita para eludir los estímulos displacientes y en lugar de percibir la impresión dolorosa y subsecuentemente anular sus efectos, sustrayendo sus cargas o catexias, el yo usa la libertad de preservarse, esquivando abordar la peligrosa situación externa” (Freud S., 1923)

Anulación. La anulación es la manifestación del pensamiento en la cual consideramos que con una acción simbólica se logrará revertir o anular un pensamiento o acción inaceptable. Este Mecanismo de Defensa del Yo es muy frecuente en personas obsesivas compulsivas también.

Mecanismos de Defensa según Ana Freud

En la teoría psicoanalítica, Anna Freud³ sostiene que “Son la comparación de los resultados logrados por diferentes mecanismos en casos individuales” (Freud, 1965) es decir que cada persona desarrolla distintos mecanismos para afianzar su propia naturaleza con la sociedad, lo cual es interesante ya que genera una

duda: ¿Qué elementos definen o ayudan a definir esa particular condición en cada persona? ¿Tiene la sociedad repercusión en la personalidad de los individuos?

La primera teoría sobre mecanismos de defensa fue propuesta por Anna Freud en su libro de 1963, *El Yo y los mecanismos de defensa*. En este libro se explican numerosos mecanismos de defensa diferentes, reconcilia varias ideas de Sigmund Freud, indicando que las defensas contra sentimientos y afectos dolorosos y las defensas contra las pulsiones se basan en los mismos motivos y sirven al mismo propósito. En ambos casos, los mecanismos de defensa protegen al yo “rechazando” sentimientos de ansiedad y culpa.

Por otro lado, Anna Freud manifiesta que “Los mecanismos de defensa más primitivos: transformación en lo contrario y vuelta contra sí mismo. Posible conveniencia de abandonar el ensayo de clasificación de los mecanismos” (Freud, 1965)

Relación entre los mecanismos de defensa y la sociedad

¿Cómo es la relación de los mecanismos de defensa y la sociedad? Ante una situación de riesgo algunos seres vivos como los animales usan sus instintos para poder escapar o salvarse de alguna situación en la cual se encuentren en peligro pero el ser humano tiene una capacidad para poder razonar y abordarlas mediante respuestas conscientes, a estas se les llama estrategias de afrontamiento. La base de un ser humano es su capacidad para poder razonar ante una situación la cual hay que utilizar nuestra subconsciente, la capacidad de acción que tiene una persona ante una situación de peligro y su capacidad de poder afrontar la realidad o no aceptarla. Estas tácticas multifuncionales y adaptables que usa el ser humano le permite saber moderar sus emociones, eliminar cualquier malestar y librarse del peligro. Sin embargo no toda respuesta del ser humano es la adecuada y lo hace de forma consciente. En ciertos momentos las personas se encuentran con momentos de estrés, angustia o ansiedad que vienen de amenazas externas o nos enfrentamos a recuerdos y emociones inaceptables. Cuando suceden estas cosas las personas suelen reaccionar de forma incorrecta porque su subconsciente le está mandando reacciones por impulsos y no porque ellos quisieran reaccionar así, también sucede que cuando están en una situación de peligro reacciona según nuestra psiquis que produce otro tipo de respuesta que tal vez no sea la correcta, estas se disparan sin avisar y proporciona una especie de refugio para que la persona no sufra algún tipo de daño emocional o psicológico. Las personas suelen utilizar mecanismos defensas a lo largo de su vida. Estas son necesarias en el día al día de la persona ya que se desarrollan desde niños, y son manejadas por las personas que no tienen los recursos necesarios para lidiar con el dolor. Las funciones de los mecanismos de defensa se basan en proteger el estado emocional de, permitir el desarrollo de la personalidad, facilitar la socialización y el contacto con la realidad de una persona.

Mecanismos de defensa según Anna Freud

Hay muchos mecanismos de defensa pero se va hablar de algunos y explicar su funcionamiento que son más acordes a la relación que tienen los mecanismos de defensa con la sociedad.

Represión: Es el proceso por el que un impulso o idea inaceptable se torna inconsciente y la persona rechaza recuerdos, pensamientos e ideas para mantenerlos en el inconsciente.

Regresión: Un retorno a procesos anteriores del funcionamiento psíquico, la regresión se puede comprender dentro del marco de la psicología evolutiva como un paso atrás en el desarrollo.

Formación reactiva: Este es un proceso por el que un impulso o deseo inaceptable es controlado por la exageración de la tendencia opuesta.

Anulación retroactiva: Es el proceso por el que la persona se comporta como si una idea o acción anteriores que resultan amenazadoras no hubieran tenido lugar.

Introyección: La persona coloca dentro de sí lo que en realidad está fuera. En este mecanismo de defensa, las amenazas del exterior se internalizan con el objetivo de intentar controlar su efecto en nuestra estabilidad mental.

Proyección: Se conoce como el proceso por el que la persona coloca fuera de sí, en otra persona o cosa, sentimientos, deseos o características propias.

Sublimación: Un instinto es derivado hacia un fin diferente, y cuando un individuo sublima un instinto, sustituye su motivación y la redirige hacia una actividad más aceptada socialmente.

Aislamiento: Es el proceso por el que la persona aísla un pensamiento o un evento, rompe así sus conexiones con el resto de sus vivencias y evita que forme parte de su experiencia significativa.

Desplazamiento: El mecanismo de defensa del yo por el cual la mente inconsciente redirige las emociones que produce una circunstancia hacia otro objeto, persona o situación.

2. Conclusiones

Los mecanismos de defensa, al menos los principales que han sido analizados, demuestra la condición natural de la psicología humana, sobre la necesidad de buscar en una etapa determinada de la vida una condición que signifique afianzar los conceptos personales pero también defender en alguna medida, y aislarse en otra, bajo actitudes o aspectos que son propios de la inmadurez de la personalidad, pero también de un enfoque distinto sobre el papel de la sociedad y su entorno.

Por otra parte, Anna Freud defiende un proceso analítico donde establece unos nuevos conceptos a diferencia de Sigmund Freud, que incluso llega a prescindir de las que para su padre son las dos principales reglas del psicoanálisis, es decir la asociación libre y la atención flotante, haciendo hincapié en elementos de la conciencia de la persona en vez de su inconsciente.

Sin embargo, la visión de Erich Fromm define un estado natural mucho más vinculante con la sociedad y no aislado o en condición de defensa como proponente los mecanismos de Sigmund y Anna Freud, sosteniendo que la salud mental es así también entendida desde una perspectiva ética. Fromm parte de la base que así como hay cosas buenas y malas o la fisiología del Hombre, también

las hay para la vida mental. Ciertas cosas estimulan el desarrollo del hombre y otras lo impiden. Como el hombre y la sociedad forman una unidad y ya que la sociedad ejerce una gran influencia sobre el Hombre, es imposible separar la salud mental de la sociedad en cuestión. Así reformuló Fromm la conocida frase latina en: "Mens sana in societate sana"

Referencias bibliográficas

- Freud, A. Extensión del alcance del psicoanálisis: la psicología del yo. Editorial FM, 1985
Freud, A. El yo y los mecanismos de defensa. Editorial Paidós, 1985
Fromm, E. Anatomy of human destructiveness. Editorial Paidós, 1992

Notas

- 1 Médico, neurólogo y psicoanalista el cual fue nacido el 6 de mayo de 1856 y murió el 23 de septiembre de 1939 en Londres. Sigmund Freud fue criado dentro de una familia judía, se trasladó de muy corta edad a Viena donde continuó con su vida hasta 1937, dos años antes de su muerte.
- 2 Edipo era un rey mítico de Tebas, hijo de Layo y Yocasta que, sin saberlo, mató a su propio padre y desposó a su madre. Sigmund Freud toma como referencia a este personaje para explicar la relación del hombre con su madre a grados incluso de una fijación especial, y desprecio hacia el padre de igual manera.
- 3 Anna Freud (Viena, 3 de diciembre de 1895 - Londres, 9 de octubre de 1982) fue una psicoanalista austríaca de origen judío. Hija de Sigmund Freud, Anna centró su investigación en la psicología infantil