

## Mecanismos Neuroticos.

= Mec. de defensa en Parálisis

- mec. de interferencia sobre los impulsos y la acción / Es una manera de permanecer ciego

- Perls - 4 mecanismos

### INTROYECCIÓN

• incorporar sin filtro selectivo alguno lo que recibimos del entorno

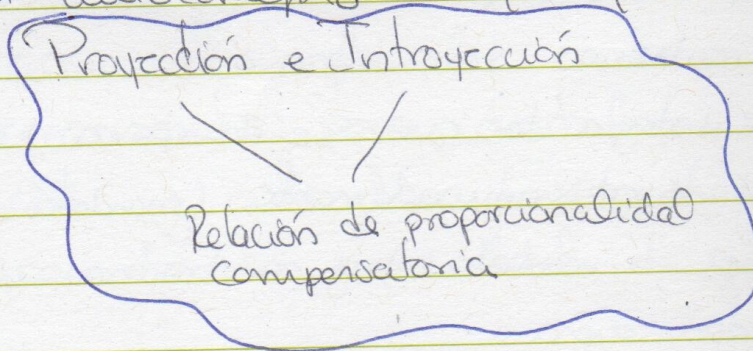
• no se integra lo que se incorpora, se traga pasiva e indiscriminadamente. (mandatos familiares, valores o modelos) y construimos una identidad ajena.

Introyecto = cuerpo extraño dentro del organismo.

Metáfora de la 🍏

## PROYECCIÓN

- cara inversa de la proyección
- cosas que tragamos se trata de excluir
- colocar en los demás lo que no aceptamos de nosotros mismos.
- hacer responsable al mundo de lo propio, de lo que se origina en uno mismo.
- economía y simplificación interior se exporta el conflicto para que el autoconcepto no sufra fisuras



## CONFLUENCIA

- Pérdida de límites entre uno mismo y el entorno; fundiéndose con lo de afuera
- la persona se queda pegada y sehucientos ideologías y conductas de otro y su grupo de referencia.

- es como perpetuar el edo. bebé evitando los riesgos de la diferenciación.
- subyace en todos los fanatismos o cualquier negación de las diferencias.

## RETROFLEXIÓN

- Marcar excesivamente el límite entre yo y el entorno
  - En vez de traspasar el límite y establecer contacto el individuo se vuelve hacia sí y contra sí (en Freud "vuelta contra sí") y hace a sí mismo lo que le gustaría hacer a los demás.
  - lo que se retroflexa generalmente son sentimientos negativos es un mecanismo de autocastigo
  - las somatizaciones son retroflexiones puesto que los daños orgánicos nos los infligimos en vez de reaccionar ante el entorno
- Odio dirigido hacia uno mismo, narcisismo y autocontrol (autodestrucción b + peligrosa)

Después de Pels.

### Deflexión (Polster)

- acciones y maniobras para soslayar el contacto directo y otras personas
- es un medio para evitar el contacto real
- verbosidad / circunloquio / tomar las cosas a lo largo / abstracciones /irse por las ramas  
evitar ser franco.
- otras formas: abrumamiento, apatía y desenergización

### Proflexión (Sylvia Crocker)

- combinación de proyección y retroflexión.
- Hacerle al otro lo que me gustaría que me hiciera a mí.
- manipulación seductora.

### Egotismo (Paul Goodman)

- reforzamiento deliberado de la frontera de contacto
- influencia del ego

- se interesa mucho por sí mismo, usualmente toma la autorresponsabilidad hasta caer en un exceso narcisista que descuida al otro y la situación.

## Relación con la pobreza CONTACTO-RETIRADA

Intraycción = excesivo CONTACTO con valores o fig. externas

- lo externo y ajeno ↑ relevancia
- dificultad en la retirada de lo externo.
- ASIMILACIÓN como antídoto.

Confluencia = Contacto patológico ya que no se ≠ entre las propias necesidades y las del otro

- no se da cuenta del límite x lo q' no puede deferenciarse del otro ni contactarse y ego mismo.
- DIFERENCIACIÓN como antídoto.

Proyección = se trasladada el límite del  
a nosotros favor, patología de la RETIRADA

- Desposeernos y renunciar a los factores de nuestra personalidad que encontramos ofensivos, difíciles o poco atractivos.
- evita contacto y situaciones o depositarias de sus proyecciones.
- Cuando CONTACTA no lo hace con el mundo "como es", sino como él lo percibe neuroticamente.
- REAPROPIARSE es el objetivo, y amplía la capacidad del darse cuenta.

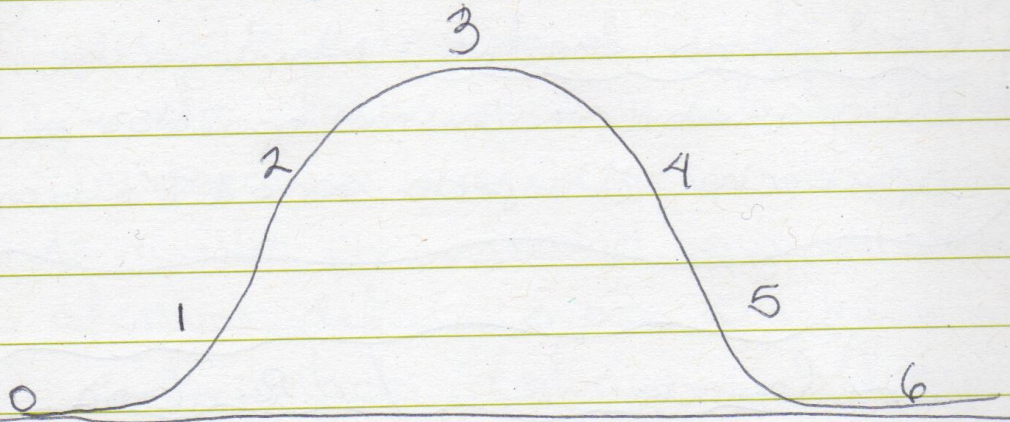
Retroflexión = Dirigirse desde el individuo hacia el otro y el mundo, es una PERMANENTE RETIRADA PATOLÓGICA.

- evita contactar y el mundo especialmente a través de sentimientos negativos-agresivos

Reconversión creativa = Moulizar la energía entre mecanismos opuestos ~~pa~~ y aprovechar el aspecto sano del mecanismo

	CONTACTO		RETIRADA	
Mecanismo	Intrayecq	Confluencia	Proyecq	Reflexión
Antídoto	Asimilación	Diferenciación	Reapropiación	Expresión de lo regalado
Aspecto Creativo	Tracción	Trascendencia	Conocimiento	Disciplina

# Ciclo Gestáltico



## Zinker

0.- Reposo

1.- Sensación (señales sensoriales) ←

2.- Darse cuenta (conciencia) Nombrar

3.- Energización (prepararse para entrar en la acción)

4.- Acción (mov. / cond dirigida a satisfacer la necesidad)

5.- Contacto (resolver la necesidad del organismo)

6.- Retirada (volver a 0 una vez satisfecha la necesidad)

## Katzeffl

÷ 5 y 6 agrega = CONSUMACIÓN

Zinker le llama - RESOLUCIÓN.