

enplenitud.com
para jóvenes de cualquier edad...

Estudios sobre mi mismo: EL DESPLAZAMIENTO

Dr. Pedro Cortines Hernández

Canal Psicología : <http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=4>

DESPLAZAMIENTO

El desplazamiento es un mecanismo defensivo que consiste en descargar la acción en un objeto diferente al objeto original, es decir en un objeto sustituto.

Dr. Pedro Cortines H.

Quizá recuerdes que algunas veces haz llegado tranquilo a tu casa, y entonces sin poder evitarlo te enojas súbitamente por cualquier detalle y expresas tu enojo con quien se te ponga en el camino, y en muchas ocasiones por la más mínima circunstancia explotas, te es imposible evitarlo, crees tener la razón... y después, a veces, te arrepientes de lo que hiciste.

En tu casa sí se dan cuenta de que llegaste enojado y que te desquitaste con el primero que se te atravesó. Pues bien es la consecuencia del uso de otro de tus mecanismos defensivos: el desplazamiento.

Tienes una mascota, la miras con cariño, y hablas con ella: "tú sí me comprendes" y hasta un beso le das. Es la consecuencia del desplazamiento. Interesante, ¿no?

Considero que si los mecanismos de defensa biológicos funcionan para ayudarnos a la sobre vivencia física, los mecanismos de defensa psicológica funcionan para ayudarnos a la sobre vivencia social. Aunque nos causen problemas psicológicos y sociales al mismo tiempo.

EL DESPLAZAMIENTO.

Durante el desplazamiento la acción del sujeto en lugar de realizarse sobre el objeto original se desplaza sobre un objeto sustituto.

Hay sujetos cuya acción está desplazada no solo en el medio exterior; a veces hasta en el mundo de la fantasía, dando lugar a la formación de símbolos, de relación.

Símbolo.

¿Que es un símbolo? Un símbolo se refiere a la utilización de "algo" ya sea, objetos, personas, animales, cosas, situaciones, para darle un significado diferente y muy personal. A ese algo le

llamaremos "objeto".



Estos son símbolos universales que significan que te detengas, que te pares, que no continúes. La consecuencia de utilizar el desplazamiento es que da lugar a símbolos particulares, singulares o privados. Es decir personales; y como este es un mecanismo de defensa, entonces ni el mismo sujeto reconoce tal símbolo. Ni el mismo sujeto, en el momento de su utilización reconoce que la acción que está ejecutando sobre el objeto realmente debería ejecutarse sobre otro objeto: el objeto original.

Relación sujeto- objeto.

En toda acción (física o mental, en el mundo del medio ambiente o en el mundo interno mental) podemos encontrar

Un sujeto -- una acción -- un objeto

El sujeto es quien ejecuta la acción y el objeto es en donde recae la acción.

Como son estudios sobre nosotros mismos. Entonces invariablemente el sujeto de la acción es: uno mismo. El sujeto soy yo mismo. Lo digo como una simple aclaración y evitar posibles proyecciones.



Como que no me está gustando Este estudio... ¿Que seguirá?





Los Sueños.

El mecanismo de desplazamiento es uno de los primeros mecanismos psicológicos descubiertos por Sigmund Freud en los procesos psicológicos de la mente humana y aplicada en el estudio de la formación de sueños. Ésta es una de las razones por las cuales en ocasiones las personas objetos y situaciones con las que soñamos pueden representar mediante el desplazamiento otra persona, cosa, otro objeto u otro suceso. Es una de las razones por los cuales los sueños tienen un significado diferente a la simple interpretación de lo que el soñante ha soñado.



No despertar. Estoy fabricando símbolos



Yo también



Desde el punto de vista psicológico, literalmente hablando, lo que uno sueña jamás es lo que uno sueña. Lo que uno sueña siempre significa otra cosa muy diferente a lo que soñamos. Por eso es que los sueños se deben de interpretar. Hasta en la Biblia se postula que se tienen que interpretar los sueños. Algún día escribiré sobre los sueños.

Génesis 41-15

Dijo Faraón a José:

“He tenido un sueño, y nadie ha sido capaz de explicarlo, pero he oído decir que a ti te basta con

que te cuenten un sueño para que tú lo interpretes”

Pues bien, el desplazamiento es uno de los mecanismos formadores de sueño y de la simbolización propia de los sueños.

EL OBJETO DE LA ACCIÓN.

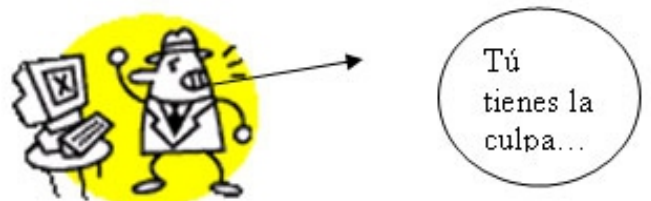
¿A que se debe que la acción no recaiga sobre el objeto original? Ésta sería una primera pregunta, otras preguntas serían ¿de qué nos defiende éste mecanismo? ¿Para que utilizamos éste mecanismo defensivo? ¿Cuál es la finalidad de éste mecanismo defensivo?

Una de las primeras observaciones que podemos concluir es que al utilizar el mecanismo de desplazamiento, estamos evitando al objeto original, estamos evitando al objeto primario sobre el cual debería recaer la acción.

Si tomamos como ejemplo que lo que vamos a descargar es nuestra energía agresiva, eso nos lleva a pensar que

- a)** que tememos la reacción del objeto, quien también podría reaccionar agresivamente hacia nosotros. Por eso no enfrentamos o huimos.
- b)** protegemos al objeto de nuestra agresividad.

Como quien dice es otro quien paga los platos rotos ¿o que?



Así es, cuando hablamos de energía agresiva, por lo general el objeto sustituto es alguien a quien no tememos su reacción o no nos importa su reacción. O incluso podemos temer la reacción del objeto sustituto, mas sin embargo estamos prot-

egiendo al objeto primordial de nuestra acción. Los objeto sustitutos son importantes, nos ayudan a descargar nuestras energías, son objetos que pudieran "comprender" nuestras reacciones y no reaccionar con enojo. Además de que por si mismos son representes del objeto original.



EVITAR.

El significado de la acción de evitar, de enfrentar al objeto original puede ser doble:

a) en ocasiones si podemos enfrentar en la imaginación y descargar en la imaginación la acción, pero no podemos enfrentar en el mundo externo, en el medio ambiente. Es decir tan solo lo hacemos en la fantasía consciente.

Monito: yo ya le di unas bofetadas a mi jefe por sangrón y le dije muchas cosas en su cara... pero en fantasía, y ya me desahogué.

b) En ocasiones no podemos hacerlo ni en la fantasía consciente, es decir también evitamos a nivel de pensamiento y por lo general enfrentamos pero a nivel inconsciente. Aquí no nos damos cuenta que lo hacemos a nivel inconsciente.

Monito: no me dan ganas ni de salir a la calle... voy caminando y los hombres me dan miedo, ¿pero porque?... mejor me quede a ver la tele...

El tigre y el León.

Estaba un tigre muy entusiasmado limándose la uñas....

En eso pasa un venado y le pregunta...oye tigre ¿que estas haciendo?....

¡Aquí estoy limándome las uñas para darle en la madre al león!.... Contesta vanidosamente el tigre..., transcurre el tiempo...

Llega un águila y le pregunta: ¿hermano tigre que estas haciendo?....

Aquí limándome las uñas para darle en la torre al león y quitarle lo sangrón y fanfarrón.... Contesta el tigre sin quitar la vista de sus bien afiladas uñas...

Transcurre más tiempo y siguen pasando animales y a todos, el tigre les comenta de sus asesinas intenciones... hasta que llega a oídos del león que piensa hacer el tigre, así que el león va en busca del tigre:

¿Hermano tigre que estas haciendo?... le pregunta el león

¡Pues aquí nada más de cabrón y de hablador!

Para fines sociales y para fines de progreso y desarrollo personal, la mayoría de las veces es necesario enfrentar en el mundo exterior. Aquí podemos recordar que "socialmente somos lo que hacemos",

Y según quien nos lo diga, al no enfrentar a o al evitar: somos prudentes o miedosos, somos tolerantes o aguantadores.

DEFLEXIÓN.

Aunque tradicionalmente se ha teorizado que el desplazamiento y sobre todo la deflexión se aplica a nuestras pulsiones agresivas, yo considero que también éste mecanismo defensivo lo utilizamos para nuestros impulsos amorosos eróticos.

Antes de continuar con el estudio del desplazamiento veamos entonces que es la deflexión: lo aplicaré de acuerdo a las propuestas del Dr. Salama

Deflexión: evita enfrentar al objeto relacional dirigiendo su energía a objetos sustitutos,

Proflexión: le hace a otros lo que le gustaría que le hicieran a él. Y está en relación con la energía amorosa.

Un mecanismo similar al desplazamiento es la deflexión, postulado por la teoría gestáltica quienes utilizan este concepto para estudiar solamente la acción de la energía agresiva; y el desplazamiento a como yo lo entiendo es un mecanismo mas general, que incluye cualquier acción en donde esta sustituido o reemplazado el objeto, y otra diferencia es que el mecanismo de desplazamiento es to-

talmente inconsciente, solo somos conscientes de sus resultados. Es decir creemos saber las razones de nuestras acciones y a veces ni siquiera eso sabemos. Y en la deflexión estamos conscientes de lo que estamos evitando

Cuando un sujeto está en deflexión, se considera que el organismo está bloqueado, en donde el organismo evita enfrentar al objeto relacional dirigiendo su energía agresiva a objetos que son alternativos y no significativos. Como el sujeto trae el siguiente mensaje introyectado "no te enfrentes", el sujeto evita identificar el objeto relacional desviando su energía a objetos sustitutivos. Al estudiar mas a fondo éste concepto nos podremos dar cuenta que todo lo dicho se refiere sobre todo a actitudes a nivel consciente, en donde el sujeto se da cuenta de que está evitando enfrentar al objeto relacional como aquí le llaman. En este caso lo inconsciente son los mensajes introyectados. Pero inclusive el sujeto los puede tener conscientes.

Considero que precisamente lo evita para no sentir otros dos mensajes introyectados que son: "si te enfrentas te dejaran" y "entonces estarás solo", estos mensajes que para mi son verdaderas "amenazas catastróficas" si es que el sujeto se enfrentara o actuara sobre el objeto primordial, y así potencializan y explican el hecho de porque no debes enfrentar al objeto en quien recae la acción.

Incluso podemos pensar que cuando un sujeto esta en deflexión, es decir no enfrenta al objeto, se maneja desde antes con otro mensaje introyectado "no actúes", en donde el individuo no expresa sus emociones ni inicia ninguna acción motriz por el temor de dañar a los demás. Llevándolo inclusive a aceptar culpas ajenas con el fin de ser aceptado y evitar el ser rechazado por expresar su agresividad, su inconformidad, sus puntos de vista.

Entonces básicamente hay un temor de fondo que le impide confrontar al objeto. Cuando el organismo adquiere "Valor", ésta energía le va a permitir confrontar al objeto. Así que la actitud de Valentía la observamos en las personas que identifican y enfrentan situaciones difíciles con la finalidad de resolverlas.

Para mí, tanto a nivel inconsciente como a nivel social cuando no enfrenta al objeto primordial

adquiere el rasgo de cobarde.

El concepto de la Deflexión y todas sus consecuencias son muy importantes para entender a nivel consciente las razones de fondo por las cuales no confrontamos o evitamos las relaciones y situaciones en donde está de por medio nuestra agresividad.

Según el Dr. Salama el temor básico de la deflexión es "el temor a enfrentar", en donde se elude la identificación del objeto relacional y así evita la angustia de la confrontación, desviando la energía hacia otras alternativas aparentemente semejantes. Vamos a dejar al Dr. Salama, agradeciendo su interés por el estudio del ser humano y continuamos nosotros.

Entonces si aplicamos nuestros conocimientos ya adquiridos, nos podremos dar cuenta del uso de otros mecanismos defensivos tales como la Intelectualización y la Racionalización que utilizamos para explicarnos el porque evitamos enfrentar. Y considero que detrás de toda deflexión hay un desplazamiento en el sentido estricto del término.

Volviendo al desplazamiento.

Al final no mostramos nuestro enojo o nuestro amor de forma directa en el objeto en quien debería recaer mi acción y vengo descargándolo en otra cosa u objeto. O no confrontamos lo que sea con el objeto original, en cambio sí lo hacemos con los objetos sustitutos.

Y no lo enfrentamos por una razón muy simple, a consecuencia del desplazamiento: des - conocemos quien es el objeto original

Creo que nuestros introyectos por un lado y por el otro en nuestra vida social actual los procesos educativos (política, religión, educación) nos impidan descargar estas pulsiones a-

biertamente. Obviamente que esto nos ayuda en nuestro desarrollo como seres psicológicos y sociales, solo que es el exceso de la utilización de este simple mecanismo de defensa el que nos puede ser perjudicial.

¿De que nos defiende éste mecanismo?

De varias emociones como la ansiedad, el miedo, vergüenza, culpa, inseguridad, sensación de rechazo, temor al abandono etc.... todas estas emociones están en relación con el objeto original. Nos protege tanto de amenazas externas como

internas. Y también nos protege de tomas de conciencia en relación con el objeto original, que nos sería muy dolorosas asumir

“Yo soy peligroso por mis impulsos, por lo tanto protejo al león”. Eso se dijo el tigre.

Evitación:

Cuando se insiste o se recalca que uno no enfrenta al objeto original, entonces se señala el mecanismo de la evitación.

Una diferencia más entre el desplazamiento y la deflexión es que en el desplazamiento no solo se evita al objeto, no solo se retira del objeto sino que en el desplazamiento la acción si se lleva a cabo pero en un objeto sustituto. Además de recordarles que todo el proceso se da a nivel inconsciente.

Esta es una gran diferencia, a pensar tan solo en el desplazamiento como un mecanismo de evitación, que en todo caso sería una de las posibles reacciones de cualquier ser vivo cuando se enfrenta un peligro: huir.

REACCIÓN GENERAL ANTE EL PELIGRO vs. DESPLAZAMIENTO

Las reacciones ante el peligro son:

Enfrentarlo

Evitarlo huyendo

Paralizarse.

- No es lo mismo evitar huyendo que evitar sustituyendo. Kaleb.

Siempre teniendo presente que las reacciones ante el peligro de cualquier tipo son conscientes, el sujeto se da cuenta perfectamente de lo que está haciendo, de cómo está reaccionando ante la situación de peligro que tiene enfrente.



Cuando utilizamos el desplazamiento el sujeto no se está dando cuenta de lo que está haciendo.

Si reacciona huyendo: en la reacción de huida la acción de la idea o de la emoción o de los impulsos, no se ejecuta, no se expresa; en el desplazamiento si se ejecuta, solo que en un objeto diferente.

A nivel inconsciente el proceso del desplazamiento sería:

A ti no te agredo a él si
A ti no te expreso mi amor a él si
A ti no te expreso mi envidia a él si
A ti no te acaricio a él si
A ti no te expreso mis emociones sexuales a él si
A ti no te veo a él si
A ti no te escucho a él si
A ti no te expreso mi agrado a él sí
A ti no te temo a él si.

La complicación del desplazamiento es que da origen a objetos sustitutos y el objeto sustituto puede convertirse en innumerables objetos sustitutos. Es decir se va cambiando. Y cada vez está más alejado del objeto original. Dando lugar así a objetos simbólicos.

Fíjense como es que en el último ejemplo, podemos ver el origen de las fobias. A ti no te temo a él sí





El objeto.

El objeto puede ser externo o interno.

Por lo general detrás del desplazamiento están los introyectos o están las normas sociales que nos dicen lo que debemos de o no debemos de hacer o como debemos actuar

Realización de la acción.

A nivel inconsciente, la acción se lleva a cabo, y así se van creando sustitutos o símbolos.

Como quiera satisfacés una acción, un deseo, a nivel inconsciente lo haces.

Un ejemplo:

Si tu dices me dan ganas de acariciar (tocar) a esa mujer pero no puedo o no debo por las consecuencias sociales...

Me van a castigar (No debo)

Me da vergüenza... (No puedo)

No me atrevo... (Obedeces a un mandato)

Y lo desplazo

1- a la mente, a la fantasía: del objeto exterior real al objeto de la fantasía.

2- a otra mujer exterior, en donde no hay castigos, ni da vergüenza y si me atrevo a tocarla.

3- a otro objeto, animal o cosa.

La acción de acariciar se desplaza y se lleva a cabo, y así se van creando sustitutos o símbolos.

En este caso en concreto, si se utiliza constantemente, y no puede acariciar a esa mujer, aunque esa mujer sea su propia novia, o su esposa, puede vivir con cierta insatisfacción, sin saber la persona porque motivos esta insatisfecho, incluso se puede decir: a si mismo: "si lo tengo todo..." y entonces si desplaza su deseo de acariciar, no lo puede hacer con su esposa, pero a la que si puede acariciar, no la puede amar.

Otro ejemplo una mujer soltera que no ha tenido hijos y tiene mascotas. Resulta que ya tiene una familia, sus primeras mascotas son sus hijos, y si tienen cría, son sus nietos bisnietos, primos etc. En forma natural eso objetos simbólicos del objeto real pueden satisfacer sus impulsos amorosos, sus impulsos de cariño, protección y de cuidado a otro ser vivo.

Sustitución

Es decir la simbolización es un proceso inherente al ser humano. Sustituir a un objeto por otro en si mismo no es patológico. Tu novio se va de viaje por 5 meses y te deja una foto, un osito de peluche etc., pues ese objeto sustituido te ayuda a descargar tus impulsos de relación de cualquier tipo, hablas con el, te enojas con el etc., pero es un sustituto temporal y conciente, y cuando tienes al objeto original haces a un lado esos objetos simbólicos.

En el desplazamiento, que da lugar a simbolizaciones inconscientes, es un proceso que aunque parece similar es muy diferente.

- a)** conscientemente no sabes que estás simbolizando. No sabes que estás desplazando.
- b)** Ni siquiera reconoces al objeto en que recae tu acción como un objeto sustituto
- c)** Continúas llevando tu acción en el objeto sustituto aunque esté el objeto real.
- d)** Incluso y precisamente porque el objeto real está presente o si llega a estar presente el objeto real, ni lo reconoces como objeto real de tu acción y hasta se puede aumentar tu actividad de desplazamiento.
- e)** La evitación como mecanismo de huida se puede presentar también en el objeto sustituto dando lugar a un tercer objeto en el que recae la acción y así sucesivamente.

FOCO DE ATENCIÓN

También se ha estudiado el desplazamiento como el cambio de nuestro foco de atención

En el desplazamiento hay un cambio de nuestro interés, en un nuevo foco de atención... Es una manera muy particular de estudiar al desplazamiento.

El cambio de foco de atención puede ser como la respuesta de una petición exterior.
¡No hagas eso!

O como la respuesta a una petición interna
¡No hago eso!

Puede ser la consecuencia de un aprendizaje. El que enseñen a no enfrentar, pero esa manera de reaccionar ya lo tenemos genéticamente como una opción de enfrentar al peligro. Lo único que hacen es fomentarlo. Ya sea a través de castigos y/o de recompensas.

¿Que es lo que no enfrentamos?: el objeto que satisface nuestra necesidad



En el diccionario de psicoanálisis de LAPLANCHÉ. Se define a l desplazamiento como: Desplazamiento consiste que el acento, el interés, la intensidad de una representación puede desprenderse de ésta para pasar a otras representaciones originalmente poco intensas, aunque ligadas a la primera por una cadena asociativa.

Recordando sucesos similares.

Para entender como es el desplazamiento como cambio de foco de atención, recordemos lo siguiente, si es que a ustedes lo vivieron en carne propia:



Un niño esta viendo la televisión, en eso pasan una escena amorosa, que desde el punto de vista de los padres es muy candente, y entonces le dicen al niño:

a) oye Tony ve a traerme un vaso de agua a la cocina....
...mas al rato voy amá
¡Que vayas te estoy ordenando!

b) oye Nina, están pasando unas caricaturas cámbiale al programa
Ah esta bien mamá

O cuando están hablando los adultos, "temas de adultos", se acerca una niña y le dicen:

-Normita váyase para allá, ve a ver si ya trajeron los tamales.

-Ya voy... ya voy... oyes mamá pero no había nadie en la puerta



-Quédate en la puerta esperándolos porque más

al rato vienen...

Mami, mami no han llegado los tamales...

- que no entiendes que no quiero que estés aquí escuchando lo que no debes... ¡que te vayas a ver si ya trajeron los tamales!... güerca caona.

Ese no es un mecanismo de defensa, pero son sucesos cotidianos que nos sirven para entender como es que se desplaza el interés original a otra cosa o evento.

Pasamos a la parte importante de todo este rollo. A la parte de preguntas y respuestas.

Si no contestas las respuestas entonces tu lectura solo será de información. Y pues está bien. Ya diste unos primeros pasos en el "estudio sobre si mismo". Si las empiezas a contestar estas dando el segundo paso en el conocimiento de ti mismo y empiezas no solo ha informarte sino también a formarte.

1.- ¿Hay algo que no has hecho, y que por no hacerlo te tiene insatisfecho?

2.- ¿Conoces de situaciones que no haz enfrentado, ya sea por temor o por el que dirán?

3.- ¿tienes algún conflicto que tan solo enfrentas en la fantasía pero no en la realidad?

4.- Fíjate en la siguiente pregunta y no te contentes con la primera respuesta, deja que la pregunta ronde tu cabeza. Y la pregunta es: ¿Hay algo que ganas u obtienes por no enfrentar? O en forma diferente sería: ¿qué ganas al evitar cierta situación desagradable para ti?

Te aconsejo que en ésta tercer pregunta escribas todas las respuestas que aparezcan por mas triviales o locas que te parezcan. Después de todo son tus propias respuestas. Yo no sé que vayas a responder.

4.- ¿hay algunas cosas que desde niño te gustaria hacer pero no lo haz hecho?

5.- ¿sufres de alguna fobia? Es decir de un temor a alguna persona, animal objeto o situación, al cual no puede enfrentar porque te causaría mucho temor o ansiedad

Hemos llegado al final del estudio de los mecanismos de defensa.

Aclaro que no son los únicos, existen más mecanismos de defensa un poco más difíciles de explicar, más creo que con el estudio concienzudo de éstos mecanismos es más que suficiente para avanzar enorme y progresivamente en nuestro desarrollo personal.

Seguiremos estos estudios sobre sí mismos abordando otros temas. Las Emociones y las Percepciones.

Si has llegado hasta aquí y has leído y estudiado y aplicado en ti mismo todo lo aquí escrito..... entonces.....



Inscríbete ahora en nuestros cursos gratis

[Entrenamiento mental](#)
[Pasos fáciles y efectivos para eliminar la timidez y la fobia social](#)
[Cómo entrar al silencio y salir reconstruidas](#)
[Cómo Superar la Torpeza y evitar errores a repetición](#)
[La Ley de la Atracción](#)
[Cómo lograr tus Objetivos](#)
[Curso de Desarrollo del Talento](#)
[Curso de autoayuda](#)
[Basta de miedo a volar!](#)
[Dejar de ser víctima](#)
[Crea Abundancia en Tu Vida](#)
[Ayuda a tus hijos a aprender](#)
[Curso de Lectura del rostro y gestual](#)
[Taller de Risoterapia](#)
[Desarrollo de la Inteligencia](#)
[Ecología Global](#)
[Los sueños: Cómo realizar nuestros sueños](#)
[Pasos para conseguir y conservar la pareja perfecta](#)
[Curso Psicología transpersonal](#)
[Curso de para Dejar de fumar](#)
[Curso de Visualización Creativa](#)
[Curso de Expresión de emociones](#)
[¡Cambia su actitud!: Curso de expresión corporal y eutonía](#)
[Curso de Superación Personal](#)

Si haz llegado hasta aquí y has leído y estudiado y aplicado en ti mismo todo lo aquí escrito

**¡FELICIDADEZ!.
VAS MUY BIEN**



Y yo te aplaudo también:

Y además te mando un cariñoso abrazo



Kaleb