

Glosario de términos de “Técnicas Proyectivas”



1. **Técnicas Proyectivas:** las técnicas proyectivas son instrumentos de recogida de información y constituyen una metodología diseñada a partir de fundamentos psicoanalíticos, que consiste en la presentación de estímulos, preferiblemente ambiguos, para que la persona logre proyectar aquellos aspectos inconscientes de su personalidad.
2. **Pruebas Proyectivas:** son aquellas que permiten llegar fácilmente al inconsciente, debido a que el sujeto desconoce qué aspecto de su personalidad están evaluando y por tanto, no puede controlar las respuestas de forma consciente; son para el estudio de la personalidad en las que el individuo da respuestas libremente a una serie de estímulos tales como manchas de tinta, láminas o frases incompletas, basándose en el supuesto de que las personas proyectan en sus respuestas sus percepciones, sentimientos, estilos o conflictos
3. **Proyección:** El término proyección fue introducido en la psicología por Sigmund Freud para designar la atribución de deseos o impulsos indeseables a otro, cuando en realidad pertenecen a uno mismo. Se trata de un mecanismo de defensa del yo por el cual un sujeto atribuye a otra persona, personas u objetos, deseos, actitudes o sentimientos de los que se avergüenza, como defensa para no reconocerlos como propios o para disminuir su sentimiento de culpabilidad.
4. **Entrevista psicológica:** es una técnica utilizada previa al diagnóstico e incluso previa a cualquier modalidad de intervención. Es un proceso

imprescindible de evaluación, pues en él vamos a extraer mucha información y conocimiento muy útil. Una entrevista es una conversación entre dos o más personas, que conlleva una influencia recíproca y que tiene unos objetivos específicos, en la que uno solicita ayuda y otro la ofrece, lo que configura una diferencia explícita de roles en los intervinientes. Estos roles marcan una relación asimétrica, puesto que uno es el profesional experto que ofrece la ayuda, y el otro es el quien la precisa.

5. **Rapport psicológico:** es la sintonía psicológica entre el terapeuta y el paciente, la buena relación, entendimiento y compenetración, que permite la colaboración necesaria entre ambos. Sus dos pilares fundamentales son la mutua confianza y la comunicación fluida (que no es simétrica, pues lo ideal es que el paciente se exprese mucho más, que lo que el terapeuta habla).
6. **Mecanismo de defensa:** consiste en atribuir a los demás los propios conflictos internos; en el cual el sujeto identifica características propias en otros individuos, colectivos, objetos o entidades; atribuyendo a otro u otros (personas o cosas) cualidades, deseos, sentimientos o emociones que el individuo siente (inconscientemente), pero rechaza como sentimientos propios de sí mismo.
7. **Inconsciente:** es el estado de la mente que se encuentra oculto, es una zona en la que se guardan todos los recuerdos y sensaciones.
El inconsciente existe en todas las personas, y básicamente podríamos decir que si la mente fuera un iceberg, el inconsciente sería la parte oculta y el consciente sería lo que se ve en la superficie.
En el inconsciente se encuentran los deseos, instintos y recuerdos que el sujeto reprime por resultarle inaceptables, fundamentalmente a causa de sus propias valoraciones morales.
8. **Psicoanálisis:** es un método creado por el médico y neurólogo austríaco Sigmund Freud que tiene como objetivo la investigación y el tratamiento de las enfermedades mentales. Se basa en el análisis de los conflictos sexuales inconscientes que se originan en la niñez.

9. **Personalidad:** La personalidad es el conjunto de características físicas, genéticas y sociales que reúne un individuo y que lo hacen diferente y único respecto del resto, la forma como se revela por su modo de pensar y expresarse, en sus actitudes e intereses y en sus actos. La personalidad está compuesta por dos elementos: temperamento y carácter.

El temperamento tiene un origen genético y también lo determinará el ambiente en el cual vive el individuo. Por el otro lado, el carácter indicará el modo a través del cual actuamos, nos expresamos y pensamos.

Los rasgos de personalidad sólo constituyen un trastorno de personalidad cuando son inflexibles y desadaptativos y provocan malestar subjetivo o déficit funcional significativo.

10. **Sigmund Freud:** (1856–1939) fue un médico neurólogo austriaco de origen judío, nació en lo que es hoy la República Checa, el 6 de mayo de 1856 y murió en Londres en 1939. Es entre muchas cosas, el padre del psicoanálisis y un gran pensador que sigue influyendo en la psicología moderna.

Introduce la palabra proyección en el ámbito clínico como mecanismo de defensa patológico que le servía al sujeto para enfrentar la ansiedad y la culpa que estaban debajo de los trastornos paranoides (proyectan en otros sus propios problemas), pensaba que se daba solo en pacientes clínicos, luego vio que en otros también se daba. Por lo tanto, supuso que era un mecanismo de defensa no patológico, que las percepciones internas provocaban por procesos ideacionales o emocionales que no somos capaces de asumir como propios, por lo que los ponemos en otros. Son procesos inconscientes para liberarnos de la carga que nos provocan esas emociones o ideas.