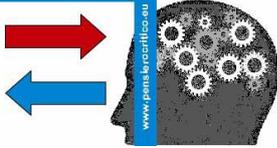


La proiezione psichica è un meccanismo di difesa primordiale che ci allontana dalla realtà

La proiezione tende ad allontanarci dalla realtà, infatti, ciò che vediamo negli altri, quanto ci appartiene? Cioè quanto abbiamo messo di nostro, proiettandolo inconsciamente, e quanto abbiamo percepito dalla realtà con i nostri sensi? La proiezione è un processo psichico inconscio "primordiale" che porta l'individuo a trasferire caratteristiche proprie (positive, ma più spesso negative) su altre persone o oggetti esterni, portandolo a credere che queste qualità di fatto appartengano all'altro. E' un "meccanismo di difesa" che appartiene da sempre alla psiche dell'uomo e che viene agito in modo inconscio. La psicologa Cristina Bisi scrive (vedi bibliografia): *"La proiezione è quel meccanismo della psiche che porta a vedere negli altri, qualità che non hanno o che hanno solo in minima parte, creando relazioni "non obiettive". Quello che si vede negli altri non sono altro che le nostre qualità/difetti che riusciamo a riconoscere in quanto ci appartengono, anche se presenti ad un livello inconscio. La persona sulla quale viene agita la proiezione assume caratteristiche che la portano ad essere svalutata o idealizzata in modo eccessivo creando situazioni illusorie. Questo avviene in quanto in ognuno di noi esiste una personalità inconscia chiamata Ombra, una sorta di personalità "inferiore". Questa personalità inconscia ovvero la nostra Ombra, è costituita da tutti quei contenuti rimossi dalla coscienza in quanto ritenuti, nel corso della nostra esistenza, incompatibili con le regole morali di un atteggiamento cosciente. Di fatto, viene rimosso tutto ciò che è ritenuto "brutto, sporco e cattivo", come forma di difesa, per mantenere un Io funzionante. Ma ciò che la coscienza rimuove, non viene cancellato definitivamente ma rimane latente,*



rimane nell'Ombra e trova espressione attraverso il meccanismo della proiezione."