



Todo lo que constituye el psiquismo del ser humano tanto en sus elementos concientes como inconscientes.

La experiencia simbolizada: es todo lo que el individuo sabe de sí mismo y todo lo que se encuentra disponible para pasar a la conciencia.

La experiencia no simbolizable: es todo lo que no se encuentra disponible a la conciencia o bien porque fueron percibidas por el individuo como no importantes, o bien porque se trata de procesos que no alcanzan el umbral de percepción.

Las experiencias potencialmente simbolizables: son aquellas donde la simbolización es posible pero se encuentra impedida por la significación amenazadora que pueda tener en relación a la autoimagen.

Cuanto mayor sea la congruencia entre el yo y la experiencia, mayor posibilidad de funcionar como una persona plena.

Cuanto mayor sea la incongruencia, mayor ansiedad y mecanismos de defensas.