

CAPÍTULO 2

"INTRODUCCIÓN A LAS
TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD."
AUTORA = EUGLER, BARBARA.

Sigmund Freud

OBJETIVOS PARA ESTE CAPÍTULO

1. Describir el primer uso que Freud le dio al "método de conversación" e indicar las conclusiones que extrajo acerca de los *procesos inconscientes*.
2. Describir el concepto de Freud acerca del papel de las emociones en la vida humana. Explicar por qué los *deseos* son reprimidos y cómo pueden ser manejados cuando son traídos de nuevo a la conciencia.
3. Citar las instrucciones para la *asociación libre* y explicar la premisa en la que se basa el procedimiento.
4. Indicar la importancia de los *lapsus* y de los *sueños* y explicar cómo son analizados.
5. Identificar la naturaleza de nuestros anhelos y deseos reprimidos y explicar cómo el uso que dio Freud a la palabra *libido* y su concepto de *impulso* condujo a un entendimiento nuevo de la sexualidad.
6. Describir la actividad sexual del niño y bosquejar las *etapas psicosexuales* del desarrollo propuestas por Freud, explicando los acontecimientos importantes de cada etapa.
7. Describir cómo los efectos de las etapas psicosexuales pueden ser localizados en varios rasgos de carácter y trastornos en la edad adulta.
8. Describir las características y funciones del *ello*, *yo* y *superyó*.
9. Explicar cómo el ello, el yo y el superyó están relacionados en las personalidades adaptadas y desadaptadas.
10. Explicar cómo el ello, el yo y el superyó están relacionados con los procesos conscientes e inconscientes.
11. Distinguir entre las tres formas de ansiedad que describió Freud.
12. Describir la función de los *mecanismos de defensa* y definir y dar ejemplos de mecanismos de defensa comunes.
13. Describir el proceso del psicoanálisis.
14. Discutir los esfuerzos para probar los conceptos freudianos.
15. Evaluar la teoría de Freud en términos de su función como filosofía, ciencia y arte.

La proporción y contribuciones distinguidas de Sigmund Freud lo colocan en el primer plano de los teóricos de la personalidad contemporáneos. Por más de cuarenta años, Freud estudió en forma meticulosa las dimensiones de la naturaleza humana. Al desarrollar la técnica de la asociación libre, alcanzó las profundidades de su propia vida inconsciente y de las de los demás. En el proceso, creó el psicoanálisis, un método de investigación único para entender al individuo humano. Descubrió procesos psicológicos tales como la represión, resistencia, transferencia y sexualidad infantil. Desarrolló el primer método global para estudiar y tratar problemas neuróticos. Su rango en la historia del pensamiento intelectual justifica de manera clara un estudio extenso de sus ideas.

Antecedentes biográficos

Sigmund Freud nació en Friburgo, Moravia (un pequeño pueblo ahora llamado Příbor, en lo que fue Checoslovaquia), hijo de un judío comerciante en lana y su joven esposa. Sigmund nació en un amnios; es decir, una porción pequeña del saco fetal cubrió su cabeza al nacer. De acuerdo con la tradición, ésta era una señal de que sería famoso. Freud no practicó la religión en su edad adulta, pero permaneció muy consciente de su origen judío (cfr. Brunner, 1991, y Diller, 1991). Su madre, de 21 años de edad, mostraba preferencia por el primogénito, dedicándole gran parte de su atención y cariño (Margolis, 1989). El padre de Freud, Jacob, tenía 41 años de edad, casi el doble que su esposa. Era severo y autoritario, sin embargo, Sigmund lo respetaba. Sólo después, a través de su autoanálisis, Freud se dio cuenta de que sus sentimientos hacia sus padres eran ambivalentes: temor y odio, respeto y amor.

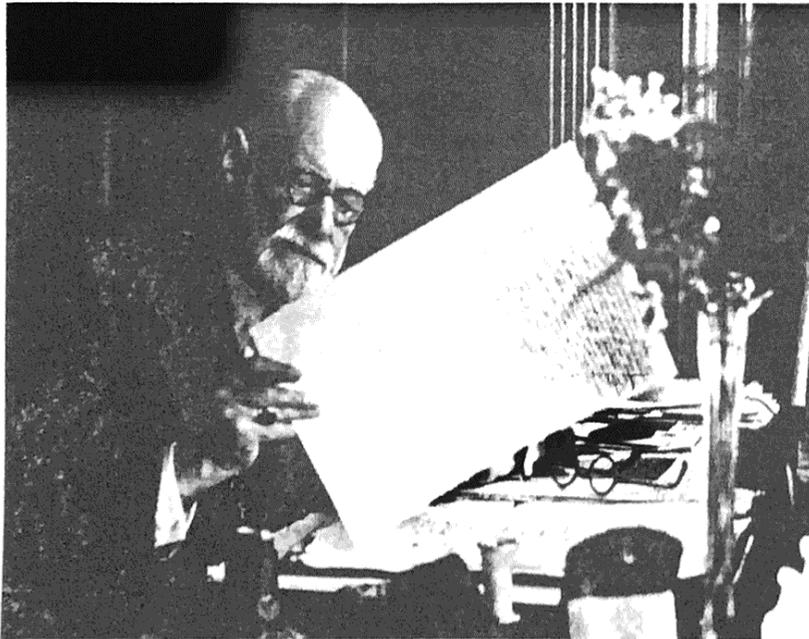
Cuando Sigmund tenía once meses de edad, nació un hermano, Julius, pero murió ocho meses más tarde. Una hermana, Anna, nació cuando Freud tenía dos años y medio. Más tarde, otras cuatro mujeres y un hombre completaron la familia. Cuando Freud era muy joven, sentía un gran cariño por su nana y estaba impresionado con sus enseñanzas religiosas de catolicismo. No obstante, poco después de que nació Anna, la nana fue despedida de manera repentina por haberle robado a la familia. Cuando nació Sigmund su padre era viudo y ya tenía dos hijos mayores de su primer matrimonio; el medio hermano mayor de Freud tenía un hijo. Sigmund y su sobrino John, quien era un año mayor que él, fueron compañeros entrañables en la infancia. Freud llegó a considerar su relación temprana como muy significativa para su desarrollo posterior. Muchos han pensado que la constelación familiar inusual de Freud preparó los elementos para su teoría posterior del complejo de Edipo.

A la edad de cuatro años, Sigmund y su familia se mudaron a Viena, donde vivirá durante casi 80 años. Aunque criticaba a Viena, no dejó la ciudad hasta que fue aplastada por los nazis en 1938, un año antes de su fallecimiento. En su juventud, Freud fue un estudiante concienzudo. Sus padres lo alentaron en sus estudios dándole privilegios especiales y esperando que los otros hijos hicieran sacrificios a favor de su hermano mayor. Fue el único miembro de la familia que tenía su propia habitación y estudiaba con la luz de una lámpara de petróleo

mientras los demás tenían que usar velas. Freud era un estudiante natural, entró al bachillerato un año antes de lo normal y permaneció a la cabeza de su clase la mayor parte de los días que pasó en el Instituto Sperl. Era sobresaliente en idiomas y un lector ávido, gustándole en particular Shakespeare.

Cuando niño, Freud soñaba con convertirse en un "guerrero poderoso" (Warner, 1991) o ministro del Estado, pero en la realidad la elección profesional estaba muy restringida en Viena para un judío. Pensó en hacerse abogado pero en vez de esto comenzó estudios de medicina en la Universidad de Viena en 1873 y se graduó ocho años más tarde. Sus estudios ahí tomaron más tiempo de lo usual debido a que decidió profundizar en las áreas que le eran de particular interés. Nunca intentó practicar la medicina, y su interés se dirigió a la investigación fisiológica; consideraciones prácticas, incluyendo las barreras ocupacionales para los judíos y el deseo de casarse, lo llevaron a establecer un consultorio como neurólogo clínico en 1881. Mientras aún era estudiante, hizo contribuciones sustanciales y notables a la investigación, publicando sus hallazgos sobre el sistema nervioso de las larvas de la lamprea y sobre las glándulas sexuales de la anguila (cfr. Miller y Katz, 1989; Glymour, 1991). Desarrolló un método para colorear células para su estudio con el microscopio y como médico exploró las propiedades anestésicas de la cocaína. Debido a que en ese tiempo no había razón para creer que hubiera riesgos relacionados con esta sustancia, fue algo indiscriminado al usarla en él mismo y al recomendarla a los demás. Después de que fue descubierto el carácter adictivo del fármaco, Freud declaró sufrir "reproches gra-

Sigmund Freud



ves". Sin embargo, puede haber continuado usándola. La cocaína provocó la muerte de muchos médicos entre 1880 y 1899.

Debido a que la práctica privada de la que Freud dependía para vivir le traía pacientes que sufrían sobre todo de trastornos neuróticos, su atención se centró en el problema y estudio de la neurosis. Ésta por lo general no es tan grave como para impedir que el individuo funcione de manera normal en la sociedad. Como el objetivo de Freud era obtener una teoría completa de la humanidad, esperaba que su estudio de la neurosis al final le proporcionaría una clave para el análisis de los procesos psicológicos en general. Freud realizó algunos de sus estudios en París con el neurólogo francés Jean Charcot. A su regreso de París, fue influido por un procedimiento desarrollado por Joseph Breuer, un médico vienés y amigo, quien animaba a sus pacientes a hablar con libertad de sus síntomas. Breuer y Freud trabajaron juntos en la publicación de algunos de sus casos en *Estudios sobre la histeria* (1895). Investigaciones posteriores de Freud sobre la "curación con la conversación" de Breuer lo condujeron a su desarrollo propio de la asociación libre y a técnicas psicoanalíticas posteriores. Finalmente se separaron cuando, según Freud, Breuer no pudo estar de acuerdo con el énfasis de Freud en el papel de la sexualidad en la neurosis.

En 1900 Freud publicó *La interpretación de los sueños*. Al principio, el libro fue ignorado por la mayoría. No obstante, creció la reputación de Freud y comenzó a atraer a seguidores. También encontró muchas críticas; algunos acusaban a su obra de ser pornográfica. Sin embargo, puede ser que haya exagerado el grado de persecución intelectual que sufrió. Una sociedad psicoanalítica fue fundada por Freud y sus colegas y muchos de los discípulos de Freud se convirtieron más tarde en psicoanalistas destacados: Ernest Jones (su biógrafo), A. A. Brill, Sandor Ferenczi y Karl Abraham. En principio, Carl Jung y Alfred Adler también fueron asociados cercanos, pero después dejaron el movimiento psicoanalítico de Freud para desarrollar y enfatizar otras ideas.

En 1909, G. Stanley Hall, psicólogo notable y presidente de la Universidad Clark en Worcester, Massachusetts, invitó a Freud y a su asociado, Carl Jung, a presentar una serie de conferencias. Fue la primera y única visita de Freud a los Estados Unidos. Estas conferencias contenían los elementos básicos de la teoría de la personalidad propuesta por Freud y su difusión marcó el cambio del psicoanálisis de ser un movimiento vienés pequeño a uno de alcance y reconocimiento internacional.

El trabajo de Freud, sin embargo, de ninguna manera estaba concluido. Continuó desarrollando y revisando su teoría psicoanalítica hasta su muerte. Algunas de sus características personales eran, entre otras, las de ser muy humano y al mismo tiempo arrogante y supersticioso. Al final de su vida, los conceptos psicoanalíticos habían sido aplicados y estaban influyendo en casi todos los constructos culturales de la humanidad. Las obras publicadas de Freud llenan 24 volúmenes en la *Edición clásica en inglés*. Murió en Londres en 1939 a la edad de 83 años, después de muchos años de sufrir de un cáncer en el maxilar, en lo que en la actualidad sería llamado un suicidio asistido por un médico (Shur, 1972). Queda una cantidad considerable de material de archivo, el cual no será publicado hasta alguna fecha en el próximo siglo. Los estudiosos de Freud están ávidos de saber qué cuestiones nuevas traerá este material sobre una figura tan importante.

Las orígenes del psicoanálisis

Sigmund Freud no completó un sistema perfeccionado. *Un bosquejo del psicoanálisis*, el cual comenzó en 1958, el año anterior a su muerte, tenía el propósito de "reunir las doctrinas del psicoanálisis y establecerlas... en la forma más concisa". Pero este libro nunca se terminó; de hecho gran parte de su obra tiene un carácter incompleto. Aparecen ideas y son descartadas, sólo para reaparecer en un contexto nuevo. Su pensamiento se movía en fases, cambiando y sintetizando lo que se había ido antes. Las únicas obras que Freud trató de mantener actualizadas de manera sistemática fueron *La interpretación de los sueños* (publicada por primera vez en 1900) y *Tres ensayos sobre la sexualidad* (1905). Por consiguiente, al describir las teorías de Freud es importante reconocer que el psicoanálisis no representa una teoría terminada, sino más bien un proceso progresivo de descubrimiento acerca del yo.

El descubrimiento de las fuerzas del inconsciente

Un lugar lógico para comenzar la discusión de los orígenes del psicoanálisis es el primer trabajo de Freud con Joseph Breuer. Ésta, de hecho, es la manera en que Freud comenzó su presentación de la historia del psicoanálisis al público estadounidense en sus conferencias en la Universidad Clark. Como ya se ha visto, Freud fue influido de manera profunda por un procedimiento desarrollado por Breuer y con frecuencia dio crédito a éste por el descubrimiento del método psicoanalítico. Por tanto, puede decirse que el psicoanálisis comenzó con la historia clínica de una de las pacientes de Joseph Breuer, quien es conocida en la literatura como Anna O. (Freud, 1910).

Anna O. era una mujer muy inteligente de 21 años de edad. En el curso de una enfermedad de dos años que comenzó en 1880, había desarrollado diversas perturbaciones físicas y mentales. Entre sus síntomas estaba una parálisis del brazo y la pierna derechos, dificultad en la visión, náusea, incapacidad para beber cualquier líquido y para hablar o entender su idioma natal. Además, era propensa a estados de ausencia —un estado alterado de la conciencia en el que puede haber un cambio considerable en la personalidad y amnesia u olvido posteriores de los acontecimientos que ocurrieron durante ese periodo—.

La profesión médica de 1880 estaba bastante intrigada por enfermedades como ésta y las diagnosticaba como casos de histeria —una enfermedad en la que había síntomas físicos pero no una base fisiológica para el problema—. (En la actualidad estos trastornos son menos comunes y son conocidos como *trastornos de conversión*.) La causa de la histeria era desconocida. Debido a que no podían entender o tratar con efectividad el problema, muchos doctores tendían a ver a los pacientes que sufrían de histeria con suspicacia y a ser punitivos. Algunos incluso llegaban a acusar a sus pacientes de estar fingiendo una enfermedad.

Breuer, sin embargo, trataba a sus pacientes con compasión. Respecto a Anna, notó que durante sus estados de ausencia Anna mascullaba varias palabras. Una vez que fue capaz de determinarlas, Breuer la puso bajo hipnosis, le repitió las

palabras y le pidió que verbalizara cualquier asociación que tuviera con éstas. La paciente cooperó. Comenzó a contarle historias sobre sí misma que parecían centrarse en un suceso particular de su vida: la enfermedad y muerte de su padre.

Antes de morir, el padre de Anna había estado muy enfermo. Ella lo había cuidado hasta que su propia enfermedad le impidió hacerlo. Después de que había relatado varias de estas historias, los síntomas de Anna se aliviaron y por último desaparecieron. Anna, agradecida, llamó a la curación la "curación con la conversación" o se refería a ella en broma como "la chimenea barredora".

En una de esas historias, Anna habló de una ocasión en que estaba sentada junto a la cama de su padre durante su enfermedad y se encontraba muy preocupada por él. En un momento en el que su padre le preguntó la hora ella trató de ocultar sus lágrimas de manera que él no pudiera verlas, sin embargo, debido a sus lágrimas, le costó mucho trabajo ver su reloj y distinguir la posición de las manecillas en la carátula. Recordar esos acontecimientos y las emociones que tenía contenidas restablecieron la claridad de su visión.

Después recordó otro suceso; una serpiente negra (común en el área en que ella vivía) apareció en la habitación y parecía dirigirse hacia su padre enfermo. Trató de apartar al reptil, pero fue como si no pudiera mover los brazos. Ella deseaba pedir ayuda, pero no podía hablar. Recordar estos eventos y las emociones que implicaban alivió su parálisis y restableció su conocimiento de su idioma natal.

Breuer concluyó que los síntomas de Anna eran determinados de alguna manera por acontecimientos traumáticos o tensionantes del pasado y que el recuerdo de estos sucesos tenía un efecto catártico —la catarsis se refiere a la descarga emocional—. Cuando Anna recordó los acontecimientos, lo hizo con una gran cantidad de intensidad emocional. Esto de manera evidente la liberó de los síntomas con los que se había vinculado la emoción.

Para mediados de 1882, pareció que Anna estaba curada por completo y de forma dramática. En cualquier caso, de acuerdo con lo que puede haber sido un mito iniciado por Freud y ampliado por Jones (1953) (Tolpin, 1993), Breuer estaba ansioso por terminar el tratamiento debido a que las declaraciones de amor abiertas de Anna y las intensas demandas de sus servicios lo abrumaban y le creaban problemas domésticos con su esposa. Cuando Breuer anunció su deseo de terminar el caso, Anna presentó un embarazo fantasma como un síntoma final. Breuer estaba muy desconcertado por este giro de los acontecimientos y en forma abrupta abandonó el caso. Posteriormente evitó el método catártico al tratar a pacientes. Anna, cuyo nombre verdadero es probable que fuera el de Bertha Pappenheim (Tolpin, 1993), finalmente llegó a ser bien conocida como una de las primeras trabajadoras sociales, luchando por mejorar los derechos y la situación de los niños y las mujeres. Es probable que el caso completo hubiera pasado desapercibido en la historia médica si Breuer no se lo hubiera mencionado a algunos de sus colaboradores, incluyendo al joven doctor Sigmund Freud, quien estaba interesado de manera profunda.

Algún tiempo después, Freud recordó el episodio de Anna O. y comenzó a usar el "método de la conversación" con sus propios pacientes. Tuvo alguna medida de éxito y, después de observar sus propias exploraciones con la técnica, concluyó que en el momento del acontecimiento traumático original, el paciente

había contenido una emoción intensa. Quizá debido a las circunstancias que rodearon al acontecimiento, el paciente era incapaz de expresar la emoción que evocaba de una manera normal por medio de pensamientos, palabras o acciones. La emoción, que estaba impedida para escapar de manera normal, había encontrado otra salida y se expresaba por medio de un síntoma neurótico. Los detalles de los sucesos y las emociones que implicaban no eran parte de la conciencia del paciente hasta que eran recordados bajo hipnosis. Por tanto, el individuo era *inconsciente* de estos recuerdos; pero los recuerdos inconscientes estaban influyendo en la conducta presente.

Poco después, Freud decidió abandonar la hipnosis. En parte, fue una necesidad práctica, en vista de que no todos sus pacientes podían ser hipnotizados. Aseguró a sus pacientes que al final serían capaces de recordar los eventos traumáticos en un estado consciente normal. Abandonar la hipnosis también resultó ser un paso importante en el descubrimiento de Freud acerca de las resistencias. Había encontrado que ayudar a sus pacientes a recordar era un proceso largo. Esto lo llevó a pensar que aunque el paciente deseara recordar de manera consciente esos acontecimientos, alguna fuerza interior le impedía hacerse consciente de ellos y mantenía inconscientes los recuerdos. Freud denominó a esta fuerza "resistencia".

El reconocimiento de la resistencia condujo a un entendimiento dinámico de los *procesos inconscientes*, o fuerzas de las cuales no se percata la persona. Por ejemplo, puede ser que usted no sea capaz de recordar de inmediato lo que hizo en su último cumpleaños, pero con un poco de esfuerzo es probable que pueda recordar. Los recuerdos inconscientes son diferentes. Por ejemplo, puede recordar haber sido castigado cuando era niño pero ser incapaz, sin importar cuánto lo intente, de recordar por qué. Este recuerdo ha sido convertido en inconsciente. Sólo puede ser recordado, si es que se recuerda algo, con una considerable dificultad.

¿Qué eran esas ideas o pensamientos que se convertían en inconscientes? Freud creía que eran *deseos*. Durante el evento traumático, había surgido un deseo que iba contra el ideal del yo de la persona. Debido a que es difícil para los individuos aceptar el hecho de que no son lo que les gustaría ser, esta incompatibilidad causa dolor. Si provoca demasiado dolor, el deseo es reprimido.

Subyacente a la teoría de Freud está el concepto de que los acontecimientos y sucesos de nuestra vida provocan sentimientos intensos. Estas emociones nos ayudan a evaluar nuestro mundo, pero en algunos casos la expresión inmediata de la emoción es inapropiada o incluso desastrosa. De manera ideal, uno reconoce, acepta y guía una emoción hacia canales de expresión constructivos, o al menos inofensivos.

Una cierta cantidad de represión es inevitable y necesaria a fin de que exista una sociedad civilizada. Pero la represión no siempre es exitosa o constructiva. Un ejemplo que dio Freud durante sus conferencias en la Universidad Clark ilustra los problemas que pueden crear las ideas reprimidas. Supóngase, sugirió él, que durante el curso de su conferencia un joven en la parte posterior de la habitación interrumpe en forma ruda riendo, hablando y golpeando con los pies. Otros integrantes del auditorio, perturbados por su conducta, sacarían por la fuerza al joven de la habitación y se quedarían en la puerta para asegurarse de que no regresaría al recinto. Este joven desagradable, sin embargo, golpea en la

puerta, pateo, grita y, en resumen, crea un desorden peor que el que produjo al principio. Se requiere una nueva solución: un compromiso. Tal vez el auditorio coincida en permitir al joven que regrese a la sala de conferencias si él está de acuerdo en comportarse un poco mejor.

Freud admitió que su metáfora espacial era algo engañosa, pero servía para ilustrar sus conceptos primarios. Expulsamos los deseos dolorosos, no permitiéndoles entrar en la conciencia, pero los deseos reprimidos se rehusan a comportarse en forma agradable. En vez de esto, crean toda clase de problemas, producen síntomas neuróticos y situaciones similares. La necesidad, entonces, es restaurar los deseos en la conciencia para poder enfrentarlos de manera realista.

El método psicoanalítico de evaluación e investigación

La discusión inicial acerca del origen del psicoanálisis lo presenta como algo simple, sólo con propósitos de brevedad. De hecho, el proceso es mucho más complicado de lo que sugieren los ejemplos originales. En esencia, varias fuerzas opositoras están en funcionamiento. Primero, hay un esfuerzo consciente de parte del paciente para recordar los acontecimientos olvidados. Segundo, hay una resistencia, la cual persiste en mantener inconscientes los recuerdos. Por último, están las emociones no expresadas que continúan buscando expresión. Si un deseo no puede surgir con su identidad propia, buscará una salida en una forma disfrazada. Adquiriendo una especie de identidad falsa saldrán de manera furtiva para encontrar expresión en la conducta de la persona. Aunque el trauma no puede ser recordado de inmediato, puede expresarse en una forma oculta por medio de los recuerdos y pensamientos que son evocados. A fin de ahondar detrás de estas identidades falsas y descubrir las ideas reprimidas, Freud desarrolló dos procedimientos primarios: la asociación libre y la interpretación de los sueños y lapsus.

Asociación libre En la **asociación libre**, a un paciente se le pide que verbalice lo que le venga a la mente, sin importar cuán insignificante, trivial o incluso desagradable pueda parecer la idea, pensamiento o imagen. La asociación libre se basa en la premisa de que ninguna idea es arbitraria e insignificante. Al final, estas ideas conducirán al problema original. Por ejemplo, Anna O. no recordó de inmediato la escena de la muerte de su padre, pero su brazo estaba paralizado, su visión nublada y era incapaz de recordar su propio idioma. Entonces, gracias a lo que ella dijo, se pudieron encontrar indicios del suceso oculto. Las instrucciones para la asociación libre son simples de manera engañosa pero, de hecho, son muy difíciles de seguir. ¿Qué sucede cuando intentamos verbalizar todo lo que viene a la mente? Podemos ser inundados con pensamientos y encontrar imposible expresarlos todos en palabras. En otras ocasiones, podemos estar en blanco y descubrir que nada viene a la mente. Además, puede ser muy doloroso discutir los pensamientos que surgen. Sin embargo, estas ideas intrusas son como vetas de oro ya que el análisis al final las reduce de su estado crudo a un metal valioso. Después de la asociación libre, el individuo *reflexiona* en lo que ha dicho. En el proceso, la resistencia es analizada, entendida y debilitada de modo que el deseo es capaz de expresarse de manera más directa.

La interpretación de los sueños y lapsus En el proceso de la asociación libre, se pone atención particular a los lapsus y los sueños. Los **lapsus** son actos erróneos: un *lapsus linguae*, un *lapsus calami* o una falla de la memoria. Muchos descartan tales eventos considerándolos triviales e insignificantes, pero para Freud lapsus como éstos no carecen de significado. La teoría freudiana asume que en nuestra vida psíquica nada es insignificante o anárquico; más bien, existe un motivo para todo.

Para entender la opinión de Freud respecto a los lapsus, es importante distinguir entre causa y motivo. *Causa* implica la acción de una fuerza material impersonal que pone de manifiesto algo. *Motivo* se refiere a una acción personal e implica una emoción o deseo operando en la voluntad de una persona y lo conduce a actuar. Para Freud, todos los acontecimientos están *sobredeterminados*, es decir, tienen más de un significado o explicación. Para ilustrar se puede dar un ejemplo: una pelota es lanzada al aire; después de viajar una cierta distancia, cae al suelo. Una explicación causal de este suceso sería usar las leyes de la gravedad para explicar la caída de la pelota. Una explicación motivacional enfatizaría que la pelota fue lanzada por alguien. Esta pelota no habría caído en este momento si alguien no la hubiera lanzado a propósito. Ambas explicaciones son correctas y se complementan entre sí. Por tanto, no es suficiente argumentar que tenemos *lapsus linguae* debido a que estamos cansados, aunque es cierto que la fatiga puede proporcionar las condiciones fisiológicas bajo las cuales puede ocurrir un lapsus. El lapsus expresa también un motivo personal. La teoría freudiana está interesada en particular en la explicación en términos del motivo.

Aquí hay un ejemplo de un lapsus y su análisis, el cual fue reportado por Freud en *La psicopatología de la vida cotidiana* (1904). Recuerda cómo un joven estudiante estaba hablando con excitación acerca de las dificultades de su generación y trató de finalizar su comentario con una cita de Virgilio en latín muy conocida, pero no pudo terminar la frase. Freud reconoció la cita y la dijo en forma correcta: "*Exoriare aliquis nostris ex ossibus ultor*" ("Dejen que alguien surja de mis huesos como un vengador"). La palabra olvidada era *aliquis* ("alguien"). El estudiante estaba avergonzado pero, recordando la significación que Freud atribuía a estos lapsus, indicó que tenía curiosidad de saber por qué había olvidado la palabra. Freud aceptó el reto y le pidió al estudiante que le dijera con honestidad y sin ninguna censura cualquier cosa que le viniera a la mente cuando dirigiera su atención a la palabra *aliquis*. El primer pensamiento que acudió a su mente fue la idea de dividir la palabra como sigue: *a* y *liquis*. A continuación acudieron las palabras "reliquia", "licuar", "fluido". Estas asociaciones tenían poco significado para él, pero continuó y pensó en Simón de Trento y las acusaciones de los sacrificios rituales de sangre que a menudo habían sido lanzadas contra el pueblo judío. A continuación pensó en un artículo que había leído en fecha reciente titulado: "Lo que dijo san Agustín respecto a las mujeres". El siguiente pensamiento parecía estar desconectado por completo, pero siguiendo la regla fundamental lo repitió de todas maneras. Estaba pensando en un anciano caballero elegante cuyo nombre era Benedicto. En este punto, Freud le dijo que se había referido a un grupo de santos y padres de la iglesia: san Simón, san Agustín y san Benedicto. Ese comentario hizo que el estudiante pensara en san Januarius y el milagro de la sangre. Aquí, Freud observó que tanto san Januarius como san

Agustín tenían algo que ver con el calendario y le pidió al estudiante que refrescara su memoria respecto al milagro de la sangre. La sangre de san Januarius es conservada en un frasco en una iglesia en Nápoles. En un día santo en particular la sangre se licua de manera milagrosa. Las personas de ese lugar le dan una gran importancia a este milagro y se preocupan cuando demora. En una ocasión en la que esto último sucedió, el general al mando de la ciudad advirtió al sacerdote que más valía que el milagro tuviera lugar muy pronto. En este punto, el estudiante dudó. El siguiente pensamiento con seguridad era muy íntimo como para decirlo y, además, tenía poca relación. De pronto pensó en una dama de quien podía tener noticias que lo inquietarían. "¿Podría ser", supuso Freud, "que ella perdió su periodo menstrual?"

La resolución del lapsus no fue tan difícil. Las asociaciones habían mostrado el camino. El estudiante había mencionado el calendario, la sangre que comienza a fluir en cierto día, la perturbación si ese evento no ocurría y el sentimiento de que el milagro debía tener lugar. La palabra *aliquis* y sus alusiones subsecuentes al milagro de san Januarius revelaron una preocupación clara por el periodo menstrual de una mujer. Esa preocupación era la que ocupaba de manera inconsciente al joven estudiante cuando tuvo el lapsus. A menudo un lapsus no es tan obvio y se revela sólo después de una larga cadena de asociaciones.

Una segunda área explorada por la asociación libre es la de los sueños (1900). Para Freud, el sueño es el camino real al inconsciente. A menudo es fácil entender los sueños de los niños pequeños, debido a que sus defensas todavía no han enmascarado sus motivos. Sueñan de manera muy simple el cumplimiento de deseos insatisfechos del día anterior. El niño que no ha recibido los dulces deseados durante el día puede soñar una abundancia de éstos en la noche.

En la etapa adulta los sueños también expresan deseos insatisfechos pero, debido a que en el adulto muchos de estos deseos se han vuelto inaceptables para el autoconcepto, el sueño se presenta disfrazado. Por consiguiente, Freud distingue entre el sueño manifiesto y el latente. El **sueño manifiesto** es el sueño tal como es recordado a la mañana siguiente. Éste con frecuencia parece incoherente y sin sentido, la fantasía de una persona demente. No obstante, presenta algún tipo de historia narrativa (Giora, 1991). El **sueño latente** se refiere al significado o motivo subyacente del sueño manifiesto. El análisis busca descubrir el significado latente que es expresado dentro del sueño manifiesto. El deseo en el sueño, sin embargo, ha sufrido distorsión y su identidad falsa debe ser eliminada antes de que revele su significado.

Los sueños proporcionan una riqueza de información particular debido a que en el sueño una persona está más relajada que cuando está despierta y la resistencia se encuentra en este momento debilitada. Los anhelos y deseos que tienen prohibido el acceso en los estados conscientes normales tienen una oportunidad de escaparse. Por tanto, el sueño manifiesto puede ser descrito como una satisfacción disfrazada de los deseos reprimidos.

Es posible, sostenía Freud, obtener algún discernimiento del proceso que disfrazaba los deseos del sueño inconscientes y los convierte en el sueño manifiesto. Este proceso es llamado *trabajo del sueño* y tiene muchos elementos. Uno importante es su uso de símbolos. Algunos símbolos empleados en los sueños son úni-

cos para cada persona y sólo pueden ser entendidos en términos de la historia y asociaciones particulares del individuo. Otros son compartidos por muchas personas. En algunos casos, los símbolos han adquirido significados universales; estos símbolos universales encuentran expresión en nuestros mitos, leyendas y cuentos de hadas, al igual que en nuestros sueños (véase Bettelheim, 1977).

Freud no creía que los sueños de ansiedad o pesadillas contradijeran su concepto de que los sueños satisfacen deseos. El significado de un sueño no yace en su contexto manifiesto; por tanto, un sueño que provoca ansiedad puede servir aún para satisfacer un deseo inconsciente. La expresión de un deseo prohibido también le causa ansiedad o dolor al yo consciente, así que el sueño de ansiedad puede indicar que la identidad falsa fue ineficaz y permitió una expresión demasiado clara del deseo prohibido.

Un ejemplo de un sueño que Freud analizó en el curso de su autoanálisis y reportó en *La interpretación de los sueños* puede ayudar a ilustrar el procedimiento de análisis de los sueños. Freud experimentó el siguiente sueño cuando tenía siete u ocho años de edad y lo analizó unos treinta años después. Fue un sueño de lo más vívido en el cual su madre, quien estaba durmiendo con una expresión particular de calma en su rostro, era llevada a la habitación y colocada en la cama por dos o tres personas con picos de ave.

Freud declaró que en su infancia despertó llorando por este sueño, pero se tranquilizó cuando vio a su madre. En su análisis subsecuente del sueño, las figuras altas con picos le recordaron las ilustraciones en la versión de Philippon de la Biblia. Las aves parecían ser deidades egipcias como las plasmadas en las tumbas. El abuelo de Freud había muerto poco antes de haber sucedido el sueño. Antes de su muerte, había entrado en coma y tenía una expresión de calma en su rostro idéntica a la de la madre de Freud en el sueño. En este nivel de interpretación, el sueño parecía expresar la ansiedad de un niño pequeño por la posible muerte de su madre. Un mayor análisis llevó a mayor profundidad. El nombre "Philippon" le recordó a Freud un muchacho vecino llamado Philip con quien solía jugar cuando niño. Philip le enseñó a Freud la expresión *vögeln*, una palabra alemana bastante vulgar para denominar a la relación sexual. El término se origina de la palabra alemana *vogel*, la cual significa "pájaro". Por tanto, en un nivel más profundo, Freud había concluido que el deseo expresado en el sueño era de deseo sexual (y por consiguiente prohibido) hacia su madre. Este sueño llevó a Freud al descubrimiento del complejo de Edipo, el cual será discutido en breve, y lo ayudó a esclarecer la naturaleza de los anhelos y deseos reprimidos.

La dinámica y el desarrollo de la personalidad

De acuerdo con Freud, la naturaleza de nuestros anhelos y deseos reprimidos es erótica. Este énfasis en la sexualidad es un aspecto del trabajo de Freud que muchas personas encuentran problemático. Entender esto requiere que se comprenda la manera en que Freud redefinió el término *sexualidad* y la forma en que lo usó en su trabajo. Aun así, la posición teórica de Freud sobre el papel de la sexualidad y su insistencia en la naturaleza sexual del ser humano es amenazadora para algunas personas.

REFLEXIÓN CRÍTICA

Asociación libre

Una ilustración simple sugerida por Theodore Reik (1956), uno de los seguidores de Freud, puede ejemplificar cuán difícil es, aunque valiosa en potencia, la tarea de la asociación libre. El ejercicio apenas es equivalente a la situación psicoanalítica genuina, pero comparte algunos de sus elementos, tiene la ventaja de estar disponible para cualquiera y puede mostrar que el valor de la asociación libre va más allá de su uso como una técnica en el psicoanálisis.

Usando una grabadora, elija un momento y un lugar donde pueda estar solo y en relativa calma. Asuma una posición relajada y luego trate de grabar cualquier pensamiento que le venga a la mente por un periodo de media hora o más. En general, tratamos de hablar en forma lógica y desarrollar puntos en una secuencia ordenada. La asociación libre requiere que se verbalice cualquier idea que se nos ocurra sin ese orden y restricción. Puede ser que se sorprenda, avergüence e incluso tema a los pensamientos que surjan. Es difícil reconocer tendencias agresivas y hostiles, en particular hacia aquellos que amamos. Algunos incluso tenemos dificultades para expresar pensamientos tiernos. De hecho, un pensamiento insignificante o trivial a menudo es el más difícil de expresar de todos. Tendrá éxito si verbaliza y graba todos sus pensamientos, sin importar su significación, importancia, agrado u orden lógico.

Cuando termine, guarde la cinta. Después de un tiempo razonable, quizás al día siguiente, escuche la cinta y reflexione en lo que ha dicho. Estará escuchando a una persona que le recuerda a usted en muchas formas, pero en otros aspectos será desconocida. Puede descubrir que tiene pensamientos e impulsos de los que no se percató antes. Pueden parecer menores, pero le sorprenderán.

También puede usar la asociación libre para obtener un mayor discernimiento súbito sobre sus propios lapsus y sueños. En la interpretación de los sueños, cada elemento del sueño es importante. Por consiguiente, debe tratar de recordar detalles pequeños que surgen en los sueños, en particular si son extraños o raros. Tomando cada elemento uno por uno, simplemente verbalice cualquier asociación que le venga a la mente mientras lo considera. Más tarde puede volver a escuchar la cinta y reflexionar sobre sus asociaciones para ver si puede descubrir aspectos de usted mismo que fueron expresados en el sueño.

La importancia de la sexualidad

En sus primeros trabajos, Freud percibía a la sexualidad como un proceso corporal que podía ser entendido por completo bajo un modelo de reducción de la tensión. El objetivo de la conducta humana era tan sólo reducir la tensión creada por la acumulación de demasiada energía y restaurar un estado de equilibrio. Los deseos sexuales podían ser comparados con el deseo de eliminar una comezón. Sin embargo, conforme se desarrolló su trabajo, Freud comenzó a enfatizar el carácter psicológico de los procesos mentales y la sexualidad. Su uso de la palabra

libido para referirse a la energía emocional y psíquica derivada del impulso biológico de la sexualidad atestigüa este cambio en su pensamiento.

El deseo de Freud de enfatizar el carácter psicológico de los procesos mentales también se observa en el desarrollo de su concepto de **impulso**. Utilizaba una palabra de origen alemán, *Trieb*, la cual ha sido traducida en forma variada como "instinto" o "impulso". En vista de que "instinto" se refiere a un patrón innato automático de actividad característico de los animales más que de los humanos, la traducción de la palabra como "impulso" (Bettelheim, 1982) parece más apropiada para la intención de Freud. Utilizó *Trieb* para referirse a una representación psicológica o mental de una fuente corporal interna de excitación, una forma de energía que no puede ser reducida ya sea a un aspecto corporal o a uno mental debido a que combina elementos de ambos.

En su concepto de impulso, Freud abandonó un intento anterior de reducir los procesos psicológicos a fisiológicos y también comenzó a resolver un problema heredado de la filosofía cartesiana. En la creencia de que una persona es más que una máquina, el filósofo francés René Descartes (1596-1650) había dividido toda la realidad en dos categorías separadas: mente y materia. La materia incluía todas las sustancias materiales, inorgánicas y animadas, incluyendo los cuerpos humanos. Estos elementos, sugirió Descartes, podían ser entendidos bajo leyes científicas. La mente, que incluía a todos los estados conscientes (pensamiento, voluntad, sentimiento, etc.), era un segundo tipo de sustancia que Descartes creía no podía ser explicada por leyes científicas. Por primera vez en la historia, una distinción nítida entre mente y materia se hacía la base de una filosofía sistemática. La filosofía de Descartes llevó a las personas en el Occidente a colocar el centro del individuo en la mente en lugar de en el organismo entero. Freud reconoció que una perspectiva global de la personalidad debe percibir al cuerpo y a la mente como una unidad y su enfoque holístico comenzó a ayudar a reparar la división cartesiana.

Un impulso se caracteriza por cuatro características: *fuerza*, el estímulo o necesidad corporal; *ímpetu*, la cantidad de energía o intensidad de la necesidad; *propósito*, su objetivo e intención (reducir la excitación), y *objeto*, la persona u objeto en el ambiente por medio del cual el propósito puede ser satisfecho. Si Freud hubiera caracterizado a los impulsos sólo con la fuerza y el ímpetu, podría haber continuado pensando en el impulso sexual como sólo un proceso corporal. Decidió incluir también el propósito y el objeto, lo cual lo forzó a la sexualidad de manera diferente y a enfatizar su carácter psicológico e intencional. Freud usó el verbo alemán *besetzen* (traducido como *catexiar*) para referirse a la inversión de energía libidinosa en una representación mental de un objeto que satisfará un deseo; una persona catexiza un objeto que desea. La importancia de la vida sexual de un individuo como un proceso corporal comienza a disminuir en favor de su respuesta hacia ésta. Por esa razón, Freud usó el término *psicosexualidad* para indicar la totalidad de los elementos incluidos en el impulso sexual. Desde el punto de vista de Freud el impulso proporciona una base genética desde la cual surgirán después las estructuras de la personalidad (Cavell, 1991).

Freud sugirió que hay dos grupos básicos de impulsos: **Eros** se refiere a los *impulsos vitales*, aquellas fuerzas que mantienen los procesos vitales y aseguran la reproducción de la especie. La clave de estas fuerzas es el impulso sexual, cuya

fuerza energética es la "libido". **Tanatos**, que implica los *impulsos de muerte*, es una realidad biológica (Badcock, 1992) y la fuente de la agresividad, y refleja la resolución última de toda la tensión de la vida en la muerte. Aunque Freud enfatizó la importancia del impulso de muerte, su discusión del desarrollo de la personalidad se centra alrededor del impulso sexual.

¿Cuál es el propósito de la sexualidad? La respuesta tradicional era la reproducción. El teólogo medieval Tomás de Aquino (1225-1274) argumentó en su obra la *Summa Theologica* que de acuerdo con la ley natural el propósito primario de la sexualidad era la reproducción de la especie. Otros propósitos de la actividad sexual eran secundarios. El placer que acompañaba a la actividad sexual era permisible, e incluso alentado por santo Tomás, pero recomendó que debía ser sometido al propósito primario de la reproducción y nunca impedirlo. Si se piensa que el propósito primario de la sexualidad es la reproducción, ¿qué otros pensamientos sobre la sexualidad seguirían de forma lógica? Las conductas sexuales que no conducen a la reproducción, tales como la homosexualidad y la masturbación, eran desaprobadas o consideradas perversas.

La cultura del siglo XIX en Viena, de la cual surgieron las teorías de Freud, reflejaba esta actitud. Es difícil para nosotros en la actualidad apreciar el grado en que los impulsos y deseos sexuales eran obligados a reprimirse entonces, en especial entre las clases media y alta. El acto sexual era considerado por lo general como bestial e indigno, pero tolerado como un escape para un defecto natural de los hombres y con propósitos de reproducción. Se suponía que las mujeres estaban por encima de los impulsos sexuales y se pensaba que los niños eran incapaces de poseerlos.

Existía una ansiedad considerable sobre lo que se pensaba que eran actividades sexuales inapropiadas y perversiones. Fueron erigidos tabús rígidos sobre la masturbación y se establecieron límites a la expresión de la sexualidad en la vida adulta. Las funciones excretoras del cuerpo eran realizadas con vergüenza y la mojigatería era practicada hasta extremos fanáticos.

Al mismo tiempo Viena estaba sufriendo un renacimiento cultural en la filosofía, música y literatura. La intelectualidad estaba buscando las realidades que yacían tras la fachada del decadente imperio austriaco. Una de esas realidades era el sexo. En una gran medida, Freud compartía la actitud puritana de la sociedad; no obstante, también buscaba en forma incesante la realidad detrás de la máscara.

Freud sugirió que el propósito primario de la conducta sexual es el placer, abriendo la puerta a una multitud de ideas nuevas. Las actividades que no se centran en los genitales pueden ser consideradas como expresiones clave de la sexualidad en la medida en que producen placer. Al niño pequeño, que de manera invariable busca placer en el cuerpo, puede percibirse como poseedor de una vida sexual rica. Las actividades tales como chuparse el dedo, consideradas antes como separadas de la sexualidad, pueden ser vistas como sexuales.

Freud, en efecto, invirtió el concepto tradicional. Esto le permitió explicar conductas que antes eran inexplicables, tales como las variaciones sexuales y la sexualidad infantil. La redefinición de Freud acerca de la sexualidad fue doble. Primero, separó el sexo de su restricción precisa anterior a los genitales y a la actividad reproductora. Segundo, amplió el concepto de sexualidad para incluir

actividades tales como chuparse el dedo y la sublimación que antes no se pensaba que fueran sexuales.

En términos freudianos, el niño, que de manera activa busca placer en muchas áreas de su cuerpo, es un *perverso polimorfo*, es decir, las actividades del niño difieren en muchos aspectos de la actividad sexual reproductora. La actividad sexual de los niños es en esencia *autoerótica*; buscan placer en sus propios cuerpos en lugar de en el de otra persona. Encuentran placer en chuparse el dedo, explorar sus genitales, etcétera. Sólo en el curso de una historia larga de desarrollo los niños progresan hacia actividades reproductoras.

Las etapas psicosexuales del desarrollo

Freud (1905) delineó un camino que siguen los niños conforme progresan de la actividad sexual autoerótica a la actividad reproductora. En este viaje, la libido o impulso sexual se invierte en varias zonas o áreas erógenas del cuerpo que proporcionan placer. En efecto, las observaciones han mostrado que conforme crecen los niños, se enfocan en diferentes áreas del cuerpo; esta secuencia de la atención sigue la serie delineada por Freud. Él creía que al pasar por una secuencia de **etapas psicosexuales** en las que son importantes diferentes zonas erógenas, los niños pasan del autoerotismo a la sexualidad reproductora y desarrollan sus personalidades adultas.

Etapa oral La primera es la **etapa oral**, la cual dura desde el nacimiento hasta alrededor del primer año de edad. Durante este tiempo, la fuente principal de placer y conflicto potencial es la boca. Es aquí donde los bebés reciben su alimentación, tienen su contacto más cercano con la madre (en la alimentación de pecho) y descubren información acerca del mundo. Los bebés exploran objetos nuevos con su boca. Los dos tipos principales de actividad oral, la ingestión y morder, son los primeros ejemplos de tipos y rasgos de carácter que pueden desarrollar después. Las actividades orales también son una fuente de conflicto potencial debido a que pueden colocarse restricciones en éstas. Una madre puede buscar desalentar el chuparse el dedo o impedir que su hijo le muerda el seno. Así pues, el foco del mayor placer y conflicto para los bebés se localiza en la boca.

Etapa anal La segunda etapa psicosexual propuesta por Freud es la **etapa anal**, la cual se espera que ocurra en el segundo año de vida. En esta época, la fuente principal de placer y conflicto potencial son las actividades que implican al ano. Por lo general, el entrenamiento para el control de esfínteres ocurre durante este periodo. Éste implica convertir una actividad involuntaria, la eliminación de los desechos corporales, en una voluntaria. Con frecuencia representa el primer intento del niño para regular los impulsos instintivos. Puede desarrollarse un choque de voluntades con el cuidador. Los niños pueden obtener dolor o placer ya sea al retener o al expulsar sus desechos fisiológicos. Estos dos modos primarios de expresión anal, la retención y la expulsión, además son modelos para posibles rasgos de carácter futuros. En sus esfuerzos por enseñar a los niños, los padres pueden olvidar que el control sobre los esfínteres y la eliminación es una activi-

dad que sólo el niño puede ejecutar. Conforme comienzan los primeros esfuerzos para disciplinar a los niños, con frecuencia son seleccionados los glúteos como sitio para infligir dolor. En vista de que la estimulación en el área causa tanto placer como dolor, pueden surgir patrones de conducta sádicos (causantes de dolor) y/o masoquistas (receptores de dolor). Formas subsecuentes de autocontrol y dominio tienen sus orígenes en la etapa anal.

Etapa fálica La **etapa fálica** del desarrollo por lo general ocurre entre los tres y los seis años de edad. Las características de esta etapa son sentimientos placenteros y conflictivos asociados con los órganos genitales. El interés del niño en los genitales no es con su función reproductora, sino con su capacidad para dar placer en una actividad autoerótica y su significación como un medio para distinguir entre los sexos. En esta época, los niños descubren que no todos los individuos están dotados de la misma manera. Gastan una energía considerable en examinar sus genitales, masturbarse y expresar interés en cuestiones sexuales. Son curiosos en extremo, aun cuando su curiosidad sobrepasa su capacidad para entender los asuntos sexuales de manera intelectual. Le dan vueltas a fantasías acerca del acto sexual mismo y el proceso de nacimiento, las cuales con frecuencia son imprecisas y engañosas. Pueden creer que una mujer embarazada se ha comido a su bebé y que el bebé es expulsado por la boca o por el ano. La relación sexual es percibida con frecuencia como un acto agresivo del padre contra la madre.



Durante la etapa oral, cada objeto nuevo que encuentra un bebé es colocado de inmediato en la boca

Freud declaró que para los niños una fantasía puede ser tan poderosa como un acontecimiento real en el moldeamiento de la personalidad, y en ese sentido no importa si un suceso ocurrió en realidad o no (cfr. Juda, 1991). Este punto es consistente de modo notable con los puntos de vista fenomenológico y cognoscitivo contemporáneos, los cuales resaltan que lo que es importante no es un objeto o evento en sí, sino más bien la forma en que es percibido por un individuo. Esto no es negar que algunos niños soporten situaciones reales de incesto o abuso sexual, o que tales situaciones puedan tener un efecto negativo penetrante en el desarrollo de su personalidad. En fechas recientes Freud ha sido criticado por abandonar su primera "teoría de la seducción", la cual sostiene que la neurosis adulta era causada por incidentes reales de abuso sexual en la infancia, en favor de una teoría que consideraba a la fantasía sexual infantil y a las estructuras cognoscitivas inmaduras como los contribuyentes primarios para la neurosis. De hecho, ha sido criticado por suprimir la teoría de la seducción por razones deshonestas desde el punto de vista intelectual (Masson, 1983). Sin embargo, la opinión de Freud era que la realidad de la seducción era importante sólo en relación con otros factores también, tales como la manera en que es percibida por el niño (Paul, 1985; Schimek, 1987; May, 1991).

Los placeres de la masturbación y la vida de fantasía de los niños preparan el escenario para el **complejo de Edipo**, el cual fue considerado por Freud como uno de sus descubrimientos más grandes. El concepto de Freud fue sugerido por la tragedia griega de Sófocles en la que el rey Edipo en forma involuntaria asesina a su padre y se casa con su madre. Un punto clave es que Edipo no estaba enterado, o era inconsciente, de lo que estaba haciendo. No se dio cuenta de que el hombre que encontró y mató en el camino era su propio padre, ni sabía que la reina con quien se casó después era su madre. Al mismo tiempo, desempeñó un papel activo en causar su destino. Al descubrir la verdad, se cegó. Dentro de ese mito griego, Freud percibió una descripción simbólica del conflicto psicológico inconsciente que sufre cada uno de nosotros. En resumen, el mito simboliza el deseo inconsciente de cada niño de poseer al padre del sexo opuesto y suprimir al padre del mismo sexo que ellos.

Si el complejo de Edipo fuera asimilado de manera literal, muchas personas habrían descartado con rapidez el concepto de Freud considerándolo absurdo y sin sentido. Por increíble que pueda parecer, Freud sugirió que los niños tienen deseos incestuosos hacia el padre del sexo opuesto e impulsos asesinos hacia el padre del mismo sexo que ellos. ¿Los niños en realidad desean llevar a cabo una relación sexual y cometer un asesinato? La mayoría de los niños en edad preescolar no tienen un concepto articulado en forma clara de lo que es una relación sexual. Además, aun si tuvieran la voluntad, carecerían de los medios para realizar el acto. Por último, para el niño en edad preescolar, la permanencia y realidad de la muerte son incomprensibles. Como una descripción literal, el concepto de Freud acerca del complejo de Edipo es absurdo en forma clara.

No obstante, en esta etapa del desarrollo, el niño pequeño (para contar su lado de la historia primero) se ha encariñado mucho con su madre, su cuidadora principal. La quiere y desea amarla de la forma más completa posible. Siente que sus padres tienen un tipo especial de relación, la cual desea imitar. Se frustra

debido a que no puede imaginar de qué se trata esta relación ni ejecutarla de un modo similar. Al mismo tiempo, desea a cambio el amor de su madre, pero ve el amor de manera cuantitativa como una cantidad fija. Es como si el amor de su madre estuviera representado por una manzana. Cada beso o señal de atención que su padre recibe indica que a la manzana se le ha propinado una mordida grande y jugosa, de modo que queda menos para él. No puede concebir el amor como cualitativo o como capaz de aumentar para llenar un vacío. Al concebir el amor como una cantidad, el niño percibe a su padre como un rival que le impide obtener el amor completo que desea de su madre. Esta percepción crea deseos e impulsos respecto a deshacerse del padre, una actividad que el niño es incapaz de llevar a cabo.

Los sentimientos del niño son muy intensos y conflictivos, y es demasiado difícil para él afrontarlos de manera directa en un nivel consciente. Además, las sensaciones crean culpa debido a que los sentimientos del niño hacia su padre son hostiles pero también afectuosos. El niño encuentra difícil afrontar los sentimientos ambivalentes de amor y hostilidad dirigidos hacia la misma persona. Su rivalidad culmina en la **ansiedad de castración**, lo cual significa que teme la represalia física de su padre, en particular que perderá su pene.

El complejo de Edipo es resuelto por un proceso doble. Primero, el hijo abandona sus intentos fracasados de poseer a su madre y comienza a identificarse con su padre en términos de género sexual. Al identificarse con el padre de su mismo sexo, adopta sus códigos morales y mandatos. Esta introyección de las normas de buena conducta del padre conduce al desarrollo de una conciencia social, la cual ayuda al niño a enfrentar sus impulsos prohibidos. Al identificarse con su padre, el niño puede retener a su madre de manera vicaria por medio de la imaginación como su objeto de amor, debido a que ha incorporado a él aquellas características de su padre que su madre ama. Aunque puede no amar a su madre de hecho, puede esperar hasta que crezca y entonces buscar una pareja que le recuerde de alguna manera a su mamá.

En las niñas pequeñas ocurre algo parecido. Freud de modo deliberado no le dio un nombre separado porque deseaba enfatizar la universalidad de la situación edípica. Otros, sin embargo, se han referido a la versión femenina como el **complejo de Electra**. El objeto primario de amor para las niñas también es la madre. Pero ellas, al descubrir los genitales del sexo opuesto, abandonan a la madre y buscan en su lugar al padre, haciendo posible la situación edípica en sentido opuesto. La decepción y vergüenza que sienten al ver al pene como algo "superior" las conduce a tener celos del hombre, **envidia del pene**, sensación de inferioridad, y a una situación de resentimiento y odio hacia la madre, quien es considerada responsable por la castración de la que creen haber sido víctimas. De forma reacia, la niña se identifica con su madre, incorpora sus valores y de modo óptimo hace la transición de su pene inadecuado, el clítoris, como su zona erógena principal, a la vagina. Debido a que el complejo de Edipo femenino es secundario, Freud sugirió que se resuelve de forma diferente que el del hombre; por tanto, el ideal del yo de la mujer (véase página 52) está más cercano a sus orígenes emocionales y ella parece tener menos capacidad para la sublimación. El rol que la niña adopta para sí misma es el que ha sido delineado para ella por su sociedad.

influida con facilidad por los demás. Al mismo tiempo, las personalidades orales son optimistas y confiadas hasta el punto de ser ingenuas. Las personalidades anales tienden a ser ordenadas, mezquinas y obstinadas. La mayoría de las personas, por supuesto, no reflejan un tipo puro, pero estos rasgos de personalidad y sus opuestos tienen su origen en las diversas etapas psicosexuales.

Todas las actividades sexuales que Freud consideró anormales en algún momento son normales para los niños. Los prototipos de formas de conducta sádica y masoquista, trastornos sexuales en los que una persona obtiene placer infligiendo dolor (sadismo) o recibiendo (masoquismo), son evidentes durante los años en que los niños comienzan a caminar. El voyerismo, obtención de placer al ver órganos sexuales o actos sexuales, está presente en la curiosidad del niño preescolar. La homosexualidad, atracción primaria por el mismo sexo, es evidente durante el periodo de latencia y el comienzo de la adolescencia cuando la asociación primaria del individuo es con compañeros del mismo sexo. Por tanto, Freud creía que las desviaciones sexuales pueden ser explicadas en términos de una detención del desarrollo.

Freud también consideraba la neurosis como el resultado de un desarrollo sexual inadecuado, en particular un conflicto edípico resuelto en forma insatisfactoria. Estas personas están ligadas a su pasado infeliz y responden en formas emocionales inmaduras. Estas formas irreales no son útiles para estas personas en el mundo cotidiano.

La presentación de Freud de las etapas del desarrollo psicosexual humano puede parecer torpe, debido a que el cambio gradual de una etapa a otra no es tan marcado como implica el bosquejo. Por consiguiente, las referencias de edad deben ser observadas no como puntos de inicio y fin, sino más bien como puntos focales, donde la etapa está en su máximo. El surgimiento de la etapa genital no significa el final de las anteriores; en vez de esto las transforma. Por tanto, la conducta adulta es moldeada por un complejo de conflictos y dinámicas anteriores.

La discusión de Freud acerca de las etapas psicosexuales de la personalidad fue establecida en el marco de referencia del determinismo biológico del siglo XIX (Richards, 1990) y ha sido criticada profundamente por su falla para apreciar con bastante profundidad la influencia de los factores sociales y culturales. No obstante, la investigación empírica del desarrollo infantil argumenta en contra del rechazo absoluto de las ideas de Freud sobre el desarrollo psicosexual (Griffith, 1987; Neubauer y Neubauer, 1990). Más aún, la conclusión de Freud inquietó casi toda la tradición occidental del pensamiento respecto a la humanidad. En la teoría de Freud, la vida humana es incluida bajo un modelo sexual. La manera en que las personas invierten su libido determina su futuro. Freud usó la sexualidad como un modelo para un estilo de vida de la persona: el carácter se forma al responder a la sexualidad propia; la forma en que una persona resuelve el complejo de Edipo es crucial para la personalidad adulta; la neurosis representa una fijación en una de las etapas anteriores del desarrollo sexual. El individuo normal o maduro es aquel que se comporta de manera convencional, habiendo alcanzado el nivel genital de sexualidad y todas sus implicaciones. Además, el desarrollo de la cultura y la civilización se ha hecho posible por la sexualidad sublimada. En esencia la sexualidad se convierte en el modelo para el entendimiento humano.

La estructura de la personalidad

El concepto freudiano familiar acerca de la estructura de la personalidad como un ello, yo y superyó fue un producto bastante tardío de su pensamiento. No fue sino hasta 1923, con la publicación de *El yo y el ello*, que surgió la teoría final de Freud de una estructura triple de la personalidad. Al discutir el ello, el yo y el superyó, se debe tener en cuenta que no son tres entidades separadas con límites definidos con claridad, sino más bien representa una variedad de procesos, funciones y dinámicas diferentes dentro de la persona. El enfoque psicoanalítico para el estudio de la mente señaló procesos que los psicólogos cognoscitivos están estudiando en la actualidad desde su perspectiva (Goleman, 1985). Más aún, en sus escritos Freud usó los pronombres personales alemanes, *das Es*, *das Ich* y *das über-Ich*. Traducidos de manera literal significan "el ello", "el yo" y "el por encima del yo".* La traducción de Strachey a los pronombres latinos *id*, *ego* y *superego* los hizo menos personales (Bettelheim, 1982), planteando la cuestión de la deseabilidad de intentar una nueva traducción (Likierman, 1990; Cheshire y Thoma, 1991).*

El ello, el yo y el superyó

El *ello* es el "centro de nuestro ser", la función más antigua y original de la personalidad y la base de las otras dos. Se sabe poco del ello, debido a que no se presenta en nuestra conciencia en forma pura. Por consiguiente, sólo se puede describir por analogías y comparándolo con el yo. Freud se refería al ello como un "caos, un caldero lleno de excitaciones hirvientes". El ello incluye a los instintos e impulsos que nos motivan al igual que nuestra herencia genética, reflejos y capacidades para responder. Representa nuestros impulsos, necesidades y deseos básicos. Además, es el reservorio de la energía psíquica que proporciona los elementos para todo el funcionamiento psicológico.

El carácter impersonal e incontrolable del ello es expresado con mayor facilidad en idioma alemán. Por ejemplo, la expresión alemana para "Tengo hambre" ("*Es hungert mich*") se traduce de manera literal como "Me hambrea a mí", implicando que soy un recipiente de acciones iniciadas en mí, no por mí.

El ello opera de acuerdo con el **principio del placer** y emplea procesos primarios. Éste se refiere a la búsqueda de la reducción inmediata de la tensión. Cuando se acumula la libido (energía psíquica) alcanza un nivel desfavorable de tensión. El ello busca descargar la tensión y regresar a un nivel de energía más favorable. En la búsqueda de evitar la tensión dolorosa y obtener placer, el ello no toma precauciones sino que actúa de inmediato en una forma impulsiva irracional. No

* La referencia que hace la autora a los pronombres latinos *id*, *ego* y *superego* se debe a que estos términos se usan en la actualidad en inglés para denominar estos conceptos de Freud. Su traducción al español se ha llevado a cabo ya en muchas obras que tratan temas psicoanalíticos utilizando los términos *ello*, *yo* y *superyó*, que corresponden con mayor fidelidad al uso que les dio Freud en alemán, y que son los que se usan a lo largo de este libro. *N. del T.*

presta atención a las consecuencias de sus acciones y por consiguiente con frecuencia se comporta en una forma que puede ser perjudicial para la persona misma o para los demás.

El ello busca satisfacer sus necesidades en parte por medio de la acción refleja. Las respuestas innatas automáticas como estornudar, bostezar y parpadear son espontáneas y no son aprendidas, y operan sin ningún pensamiento o esfuerzo consciente. Muchos de nuestros reflejos son protectores ya que nos ayudan a prevenir peligros en nuestro ambiente. Otros son adaptativos y nos permiten ajustarnos a las condiciones de nuestro entorno. Los bebés recién nacidos tienen varios reflejos que les ayudan a asegurar su supervivencia. Por ejemplo, voltean sus cabezas hacia la fuente de estimulación táctil. Este "reflejo de origen" los ayuda a localizar el pezón. Mamar también es un reflejo innato que permite a los bebés alimentarse.

El ello también busca reducir la tensión por medio de los **procesos primarios**, alucinar o formar una imagen del objeto que satisficaría sus necesidades. Freud pensó que visualizar, por ejemplo, una hamburguesa o un bistec próximos alivia de manera momentánea nuestra sensación de hambre; esta actividad también es llamada **satisfacción del deseo**. Se presenta en los recién nacidos, en nuestros sueños y en las alucinaciones de los psicóticos. Visualizar un biberón o el pecho de la madre tranquiliza de momento al bebé, pero no satisface su hambre. En vista de que el proceso primario no distingue entre sus imágenes de satisfacción de los deseos y los objetos reales en el mundo externo que satisficieran sus necesidades, no es muy efectivo para reducir la tensión. Debe desarrollarse una segunda estructura si el organismo ha de sobrevivir.

El yo surge a fin de cumplir de manera realista los deseos y demandas del ello de acuerdo con el mundo exterior. Las personas que tienen hambre deben ser eficaces para procurarse la comida en el ambiente a fin de satisfacer sus necesidades y sobrevivir. El yo evoluciona a partir del ello y actúa como un intermediario entre éste y el mundo externo. Extrae su energía del ello, adquiere sus estructuras y funciones de éste y se esfuerza por servirlo satisficando de manera realista sus demandas. Por tanto, el yo es el ejecutor de la personalidad, reprimiendo al ello y manteniendo transacciones con el mundo externo en interés de la personalidad completa.

Mientras que el ello obedece al principio del placer, el yo sigue al **principio de la realidad**, satisficando los impulsos del ello de una manera apropiada en el mundo externo. El yo pospone la descarga de la tensión hasta que ha sido encontrado el objeto idóneo que satisficará la necesidad. Aunque el yo no impide la satisfacción del ello, puede suspender o redirigir los deseos de este último de acuerdo con las demandas de la realidad. El ello emplea las fantasías y deseos del proceso primario; el yo usa el pensamiento realista característico de los **procesos secundarios**, las habilidades cognitivas y perceptivas que ayudan a un individuo a distinguir entre el hecho y la fantasía; incluyen las funciones intelectuales superiores de solución de problemas, las cuales permiten al yo establecer cursos de acción adecuados y probarlos en cuanto a su efectividad. En realidad, no hay una enemistad natural entre el yo y el ello. El yo es el encargado del ello y trata de satisfacer sus necesidades en forma realista.

Contenido dentro del yo como su "núcleo más interno" está el **superyó** (por encima del yo). Heredero del complejo de Edipo, representa los valores, ideales y normas morales internalizados. El superyó es la última función de la personalidad que se desarrolla y puede apreciarse como un resultado de la interacción con los padres durante el largo periodo de la dependencia en la infancia. Las recompensas y castigos que originalmente se nos daban desde afuera se vuelven auto-administrados conforme internalizamos las enseñanzas de nuestros padres y de la sociedad. Como resultado de la actividad del superyó experimentamos culpa cuando desobedecemos normas morales aceptables.

El superyó consta de dos subsistemas: la conciencia y el ideal del yo. La **conciencia** se refiere a la capacidad para la autoevaluación, la crítica y el reproche. Reprinde al yo y crea sentimientos de culpa cuando los códigos morales son violados. El **ideal del yo** es una autoimagen ideal que consta de conductas aprobadas y recompensadas. Es la fuente de orgullo y un concepto de quien pensamos que deberíamos ser.

El superyó lucha por la perfección. Busca soluciones moralistas más que realistas. Hablando en sentido práctico, el desarrollo del superyó es una necesidad. Las demandas del ello son demasiado intensas y los yo de los niños pequeños son muy débiles para impedir que actúen de acuerdo con sus impulsos. Por un periodo se requieren intensos mandatos morales introyectados —"No lo harás"— para reprimir la conducta. Pero el superyó también puede ser despiadado y cruel en su insistencia en la perfección. Sus demandas moralistas pueden parecerse a las del ello en su intensidad, obcecación e irracionalidad. En su manera no comprometida, el superyó puede inhibir las necesidades del ello, en lugar de permitir su satisfacción última necesaria y apropiada.

En la personalidad adulta bien adaptada, el yo es el ejecutor primario, controla y gobierna tanto al ello como al superyó, mediando entre sus demandas y el mundo externo. En el funcionamiento ideal, el yo mantiene una relación armoniosa y equilibrada entre los diversos elementos con los que tiene que tratar, establece valores (Treurniet, 1989) y asume la responsabilidad (Wallwork, 1991). El desarrollo, sin embargo, no siempre sigue su curso de manera óptima. El yo con frecuencia termina agobiado por el ello y el superyó los cuales lo gobiernan de forma rígida. Uno demanda satisfacción y alivio instantáneos. El otro pone prescripciones rígidas a dicho alivio. Basándose en una analogía de Platón, Freud describió al yo como un auriga tratando de controlar a dos caballos fuertes, cada uno de los cuales está tratando de correr en dirección opuesta al otro.

La descripción final que hace Freud de la personalidad es la de una forma dividida. Los papeles específicos desempeñados por el ello, el yo y el superyó no siempre son claros; se mezclan en demasiados niveles. La personalidad consta de muchas fuerzas diversas en conflicto inevitable. La descripción de Freud de la persona no es optimista, sino un intento por explicar el hecho de que como seres humanos no siempre somos capaces de afrontar ciertas situaciones.

Aunque la división triple de la personalidad parece ser una estructura acabada, en esencia la persona es entendida como un producto del desarrollo. El yo y el superyó han evolucionado desde la perspectiva histórica en respuesta a situa-

REFLEXIÓN CRÍTICA

¿Nos encontramos mejor?

Freud (1933) escribió: "Donde el ello es, el yo será." También podría haber escrito: "Donde el superyó es, el yo será." ¿Qué tipo de equilibrio entre las fuerzas del ello, el yo y el superyó piensa usted que fomenten mejor una personalidad saludable? ¿Cuáles respuestas humanas necesitamos inhibir y cuáles necesitamos alentar para una sociedad saludable?

Culturas y condiciones sociales diferentes fomentan patrones distintos de defensa. Debido a que la sociedad victoriana impuso tabús rígidos sobre la expresión de los impulsos sexuales, Freud creía que muchos de sus pacientes desarrollaron neurosis como resultado de superyós rígidos e implacables.

Nuestra cultura, por otra parte, se caracteriza por mucha menos represión de los impulsos sexuales y agresivos. En efecto, los medios masivos de comunicación en realidad parecen fomentar la expresión explícita de la conducta sexual. Las descripciones gráficas de asesinatos y violencia en los medios masivos de comunicación han insensibilizado a muchos jóvenes respecto a las tragedias de la vida. En ocasiones reaccionan con risa (en lugar de temor o empatía) ante formas extrañas de horror descritas en la pantalla y son menos capaces de brindar ayuda a otras personas en una emergencia genuina. La risa puede servir como protección de los sentimientos de ansiedad y deshumanización generados por una sociedad muy tecnificada.

Se podría decir que ha ocurrido un cambio de un superyó activo en exceso a un ello no reprimido. Pero, ¿somos mejores debido a este cambio? ¿Qué opina usted? Durante la década de 1970 los psicólogos estadounidenses encontraron menos trastornos de ansiedad, tales como los que Freud observó en sus pacientes, y más trastornos de personalidad que implicaban patrones de personalidad desadaptada tales como la personalidad antisocial o la narcisista (Lasch, 1978), los cuales perturban a la sociedad más que al individuo. Sin embargo, la década de 1990 está experimentando un aumento renovado de la tensión emocional y los trastornos de ansiedad en parte debido al ritmo acelerado y a la recesión económica de la década anterior.

Esto no quiere decir que seamos una sociedad no reprimida por completo. Un aumento en las conductas sexuales no significa que los sentimientos sexuales no estén reprimidos. Hay razón para sospechar que la llamada liberación sexual no ha sido muy liberadora (en especial para las mujeres). La persona promedio todavía parece tener problemas con los sentimientos agresivos. Nuestra sociedad competitiva puede estar inhibiendo el desarrollo de los impulsos de crianza o las respuestas empáticas. Si el ello está sin represión, el yo está reprimido.

Freud abogaba por más oportunidades sociales para la sublimación de los impulsos sexuales y agresivos. Usted puede ser capaz de pensar en otras respuestas humanas que nuestra sociedad y otras culturas repriman o alienten.

ciones personales específicas. En el caso del superyó, esa situación es además interpersonal en vista de que implica a otras personas. Sería erróneo encasillar al ello, al yo y al superyó en sistemas; en vez de esto, la personalidad es creada por una dinámica de fuerzas que pueden ser divididas contra sí mismas en muchos niveles. Por tanto, en su formulación madura, Freud sostiene en tensión el campo biológico de la personalidad y su desarrollo histórico.

La relación del ello, el yo y el superyó con la conciencia

No existe una correlación fácil entre los sistemas "ello", "yo" y "superyó" y las cualidades de "consciente" e "inconsciente". En ocasiones, Freud tendía a hacer la ecuación fácil del yo con la conciencia y el ello con la inconciencia. Sus descubrimientos, reflejados en *El yo y el ello*, de que aspectos del yo y del superyó son inconscientes, como el ello, lo obligaron a revisar su teoría. "Consciente" e "inconsciente" podrían ser usados sólo como adjetivos que describen cualidades que pueden tener o no los procesos psicológicos (cfr. Stolorow y Atwood, 1989).

Si se fuera a diagramar la descripción de la psique que hace Freud, quizá la mejor imagen sería la presentada por el propio Freud: un iceberg, nueve partes del cual están sumergidas bajo el agua (figura 2.1). La superficie del agua representa la frontera entre el consciente y el inconsciente. Su línea interseca, o lo hace potencialmente, las tres funciones de ello, yo y superyó. Pero cualquier metáfora espacial es engañosa en el fondo. El "ello", el "yo" y el "superyó" son entendidos mejor como funciones dinámicas de la personalidad, mientras que "consciente" e "inconsciente" son adjetivos que describen cualidades que pueden tener estas funciones.

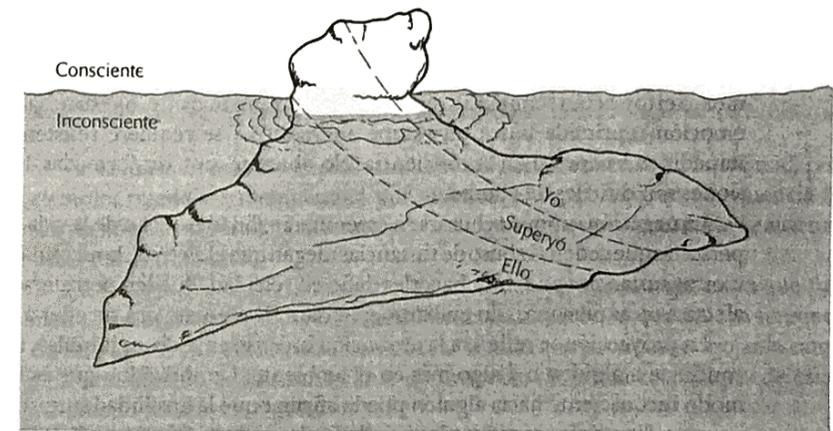


Figura 2.1 La psique como un iceberg

Freud describió a la psique como un iceberg, nueve décimos del cual está sumergido bajo el agua.

Las fuerzas dinámicas dentro de la personalidad son muchas. Ésta no sólo está dividida contra sí misma por el ello, el yo y el superyó, sino que lo está contra sí misma y el mundo en muchos niveles. El conflicto es la piedra angular del entendimiento final de la personalidad en Freud. El mundo, escribió Freud en una ocasión, es *anake* (la palabra griega para "carente"), demasiado pobre para satisfacer todas nuestras necesidades. Conforme aumentan las demandas del ello, el yo se ve abrumado con estimulación excesiva que no puede controlar y se llena de ansiedad.

Los mecanismos de defensa del yo

Freud hizo una distinción entre tres tipos de ansiedad. La *ansiedad real* se refiere a un peligro real en el mundo externo. La *ansiedad neurótica* se refiere al temor de que los impulsos internos no puedan ser controlados. La *ansiedad moral* es un temor a los castigos de la propia conciencia. Todas tienen su base en la ansiedad real. A fin de que un individuo afronte la ansiedad, el yo desarrolla **mecanismos de defensa**, procedimientos que previenen la ansiedad e impiden la percepción consciente de ésta. Los mecanismos de defensa comparten dos características: ocurren en un nivel inconsciente de modo que no nos percatamos de lo que estamos haciendo, y niegan o distorsionan la realidad para hacerse menos amenazadores. Los mecanismos de defensa no son desadaptativos por necesidad; en efecto, no podemos sobrevivir sin éstos. Deben ser creados para ayudar al yo en desarrollo a llevar a cabo sus funciones. Sin embargo, si su distorsión de la realidad se vuelve demasiado extrema o si son usados con exclusión de otros medios más efectivos para enfrentar la realidad, los mecanismos de defensa pueden volverse desadaptativos y destructivos, impidiendo una mayor maduración personal y social. A continuación se mencionan algunos de los mecanismos de defensa más comunes.

La **represión** implica bloquear la expresión de un deseo o anhelo de modo que no puede ser experimentado de manera consciente o expresado en forma directa como conducta. Es un acto involuntario, lo cual impide que nos percateemos de muchos de nuestros conflictos productores de ansiedad o que recordemos ciertos acontecimientos emocionales traumáticos de nuestro pasado. La emoción reprimida busca un escape alternativo y se requiere resistencia para impedir su irrupción en la conciencia. No obstante, una vez formadas, las represiones son difíciles de eliminar.

La **negación** supone rehusarse a creer una realidad o hecho de la vida. Muchas personas que ceden al abuso de sustancias niegan que el alcohol, la nicotina, el crack u otras sustancias pudieran hacerles daño en realidad. Pueden percatarse que les afecta a otras personas, sin embargo, piensan: "Eso no me va a suceder a mí."

La **proyección** se refiere a la atribución inconsciente de un impulso, actitud o conducta a alguien o a algo más en el ambiente. Un individuo que es hostil de modo inconsciente hacia alguien puede afirmar que la hostilidad surge de la otra persona. Esta defensa reduce la ansiedad colocando su fuente en el mundo externo, lo cual la hace parecer más fácil de manejar. Además, nos permite defendernos en forma agresiva contra nuestro oponente y por consiguiente expresar de manera indirecta nuestros impulsos.

REFLEXIÓN CRÍTICA

Identificación de los mecanismos de defensa

Usted se puede familiarizar con las diversas defensas al tratar de identificar cada uno de los mecanismos del cuadro 2.1 como los haya visto ocurrir en alguna otra persona y luego tratando de reconocer casos en los que puede haberlos usado usted mismo. Es mucho más fácil, por supuesto, observar los procesos de defensa en funcionamiento en otra persona; sin embargo, algunas de las pistas siguientes pueden ayudarlo a reconocerlos. ¿Alguna vez ha "olvidado" un acontecimiento importante, tal como una prueba programada o una cita con el dentista? También puede recordar haber olvidado momentáneamente el nombre de alguien a quien conoce muy bien. Tales situaciones indican la tendencia que tenemos a reprimir. Las lagunas de la memoria sobre sucesos de la infancia en los que usted sólo puede recordar parte de un acontecimiento pero no lo que le antecedió o le siguió, puede indicar que el evento implicó ciertos elementos traumáticos que dificultan que lo recuerde por completo. ¿Alguna vez sus padres le han contado alguna experiencia que tuvo cuando era niño pero que no puede recordar? ¿En alguna ocasión se ha reído en un momento inapropiado? Puede haber compensado un impulso del que se avergonzaba por medio de una formación reactiva. ¿Alguna vez ha proporcionado una coartada para algo que hizo o que no hizo? ¿Pudo haber sido un intento de racionalizar su conducta? ¿Puede recordar haber descargado su enojo sobre alguien que estaba desvalido, tal como un niño o una mascota? El uso de chivos expiatorios es una forma común de desplazamiento. ¿De qué tipos de actividades de distracción, deportes o actividades creativas y artísticas disfruta usted? Por medio de la sublimación puede haber sido capaz de redirigir ciertos impulsos antisociales hacia conductas constructivas aprobadas por la sociedad. La sublimación es uno de los mecanismos de defensa más productivos de que disponemos. En resumen, todos tenemos y necesitamos defensas. Reconocer el uso de un mecanismo de defensa no es una ocasión para criticarnos; más bien, es una oportunidad para una exploración más profunda sobre su uso a fin de que puedan ser empleados para fomentar la maduración en lugar de entorpecerla.

La **formación reactiva** expresa un impulso por su opuesto. La hostilidad, por ejemplo, puede ser reemplazada por amistad. Sin embargo, con frecuencia la sustitución es exagerada, haciendo por consiguiente que se cuestione la autenticidad del sentimiento.

En la **regresión** la persona retrocede en el tiempo a una etapa en la que fue menos ansiosa y tenía pocas responsabilidades. La regresión ocurre con frecuencia después de una experiencia traumática. El niño que comienza a mojar la cama de nuevo cuando está asustado ante el prospecto de ir a la escuela puede estar mostrando señales de regresión.

La **racionalización** implica tratar una emoción o impulso de manera analítica e intelectual para evitar sentirla. Como implica el término, se trata de un razonamiento defectuoso, en virtud de que el problema permanece sin resolverse en el nivel emocional. La fábula de Esopo acerca del zorro que no podía alcanzar las

Cuadro 2.1 *Mecanismos de defensa***Represión**

características: bloquear un deseo o anhelo de su expresión consciente
ejemplo: no percatarse de hostilidades hacia los padres asentadas en la profundidad

Negación

características: rehusarse a creer una realidad
ejemplo: rehusarse a creer que uno tiene SIDA o un cáncer incurable

Proyección

características: atribuir un impulso, actitud o conducta inconscientes a otro individuo
ejemplo: culpar a otro por un acto propio o pensar que alguien va a sufrir en lugar de uno

Formación reactiva

características: expresar un impulso por su opuesto
ejemplo: tratar a alguien que nos desagrada intensamente de una manera muy amistosa

Regresión

características: retroceder a una forma anterior de expresar un impulso
ejemplo: volver a "mojar la cama" después de mucho tiempo de haber dejado de hacerlo

Racionalización

características: tratar con una emoción de manera intelectual para evitar la preocupación emocional
ejemplo: argumentar que "Todos lo hacen, así que no tengo que sentir culpa".

Identificación

características: modelar la conducta a imitación de alguien más
ejemplo: imitar a nuestra madre o padre

Desplazamiento

características: satisfacer un impulso con un objeto sustituto
ejemplo: hallar chivos expiatorios

Sublimación

características: recanalización de un impulso hacia una salida más aceptable desde el punto de vista social
ejemplo: satisfacer la curiosidad sexual investigando las conductas sexuales

uvas y concluyó que era probable que estuvieran agrias es un ejemplo clásico de racionalización

En la **identificación** se reduce la ansiedad modelando nuestra conducta a semejanza con la de alguien más. Al asumir las características de un modelo que parece más exitoso en satisfacer sus necesidades, podemos creer que nosotros también poseemos esos atributos. También podemos identificarnos con una figura de autoridad a la que se le teme y por la que se experimentan resentimientos. Esta identificación puede ayudarnos a evitar el castigo. Como ya se ha visto, la identificación con el padre del mismo sexo desempeña un papel importante en el desarrollo del superyó y de la personalidad subsecuente.

Si no se encuentra disponible un objeto que satisficiera un impulso del ello, se puede cambiar el impulso hacia otro objeto. Esta sustitución es llamada **desplazamiento**. Un niño que ha sido regañado puede golpear a un hermano menor o patear al perro. Sin embargo, el objeto sustituto rara vez es tan satisfactorio como el objeto original. Por tanto, el desplazamiento no proporciona una satisfacción completa, sino que conduce a una concentración de la tensión no descargada.

La **sublimación** recanaliza un impulso inaceptable hacia una salida más aceptable por la sociedad. Es una forma de desplazamiento que dirige al impulso mismo en lugar de al objeto. Por ejemplo, la curiosidad sexual puede ser redirigida hacia la investigación intelectual; la actividad sexual hacia el atletismo, etcétera. Freud sugirió que la sublimación era crucial para el desarrollo de la cultura y de la civilización. Queda claro a partir de los estudios biográficos que la sublimación fue una defensa usada en forma común por Freud.

Los mecanismos de defensa, en sí y por sí mismos, no son perjudiciales. Nadie está libre de defensas; las necesitamos para sobrevivir. Aunque las defensas pueden bloquear la maduración personal y social si se vuelven predominantes, nos protegen de la ansiedad excesiva y con frecuencia representan soluciones creativas para nuestros problemas. En años recientes han comenzado a surgir investigaciones nuevas sobre el desarrollo, medición y potencial futuro de los conceptos de Freud acerca de los mecanismos de defensa y los procesos del yo. Algunos de estos trabajos han sido resumidos por Cooper (1989), Grzegolowska-Klarkowska (1988), Schibuk, Bond y Bouffard (1989) y Vaillant (1992a, 1992b).

Psicoanálisis

Nos hemos percatado que para Freud la neurosis surge de un desarrollo libidinoso insatisfactorio o detenido, cuando es negada la satisfacción realista de las necesidades eróticas. La persona se desvía hacia la neurosis como una satisfacción sustituta y crea un mundo de fantasía parcialmente satisfactorio. Los neuróticos no tienen un contenido psíquico peculiar ni un funcionamiento propio que no se encuentre en las personas saludables. El neurótico es un individuo que se enferma por los mismos conflictos y complejos con los que lucha una persona normal. No hay límites definidos con claridad entre la enfermedad y la salud. La pregunta principal no es "¿Soy normal o neurótico?" sino más bien "¿En qué grado es incapacitante mi neurosis?"

Transferencia

Al principio de su trabajo, Freud se dio cuenta de que la relación entre el paciente y el médico era importante para determinar el resultado de la terapia. No obstante, con considerable molestia descubrió que una de sus pacientes se había enamorado de él. Se recordará que un episodio similar con su paciente Anna O. había conducido al Dr. Breuer a abandonar la técnica catártica. Sólo después de considerables reservas e intentos iniciales para desalentar ocurrencias parecidas Freud comenzó a apreciar la dinámica de lo que estaba sucediendo. Descubrió que los sentimientos que eran expresados hacia él como doctor no estaban dirigidos hacia su persona, sino que eran repeticiones de sentimientos anteriores de amor y afecto que el paciente había tenido hacia personas significativas en su vida. Por tanto, Freud fue forzado a reconocer el valor de la **transferencia**, un proceso por el que el paciente transfiere al analista actitudes emocionales experimentadas en la infancia hacia personas importantes. Al alentar y analizar en forma deliberada la transferencia, el conocimiento de Freud y de sus pacientes aumentó respecto a esto.

Freud distinguió entre *transferencia positiva*, sentimientos amistosos y afectuosos hacia el médico, y la *transferencia negativa*, caracterizada por la expresión de sentimientos hostiles y de enojo. Al estudiar la transferencia, Freud aprendió que sus pacientes estaban relacionándose con él en las mismas formas insatisfactorias e ineficientes en las que se habían relacionado con otras personas importantes en sus vidas. Sin embargo, en la seguridad del análisis, el paciente podía volver a experimentar estas relaciones insatisfactorias anteriores a través de la relación actual dirigiéndolas hacia una resolución satisfactoria.

Es difícil saber si Freud reconoció alguna vez por completo las implicaciones de la transferencia, pero su práctica e interpretación se han vuelto cruciales para la técnica psicoanalítica que creó. La transferencia ofrece al paciente una oportunidad para revivir los conflictos emocionales y estructuras cognitivas que condujeron a represiones, y proporciona al analista un entendimiento más profundo de las formas características de percibir y reaccionar del paciente. El punto importante aquí es que en el análisis el paciente experimenta conflictos bajo una serie de circunstancias diferentes. El analista no responde al paciente con desaprobación o rechazo como pueden haberlo hecho los individuos anteriores. Más bien, reacciona con discernimiento súbito y entendimiento, lo que permite al paciente obtener *insights* sobre las experiencias y sentimientos y le permite cambiar.

La solución de Freud es el *insight*, pero el discernimiento súbito que proporciona el psicoanálisis es un tipo especial de conocimiento que no sólo es intelectual sino también existencial. Actúa en el corazón al igual que en la cabeza. La solución no estriba en el reino del conocer sino en el del hacer: trabajar a través de los conflictos anteriores. Descubrir la personalidad propia no es sólo un acto intelectual, sino también una experiencia emocional. Para usar la expresión socrática: "Conocer es hacer". Por tanto, la terapia proporciona una resolución más efectiva de la situación que provocó la neurosis.

El proceso analítico

En el análisis clásico, el paciente se recuesta sobre un diván y el analista se sienta detrás, fuera de su vista. El paciente es instruido para que verbalice cualquier cosa que le venga a la mente sin importar cuán irrelevante, absurda o desagradable pueda parecer. Durante la asociación libre el paciente puede tener un *lapsus linguae* o referirse a un sueño, los cuales pueden ser interpretados y utilizados para ayudar al paciente a adquirir un entendimiento más profundo del problema.

En la fase inicial del análisis, el paciente obtiene un alivio considerable con el simple hecho de poder confiar ciertos pensamientos y sentimientos a un oyente receptivo. Se desarrolla una transferencia positiva y el paciente con frecuencia cree que el análisis ha alcanzado una conclusión exitosa, aun cuando el trabajo del análisis apenas ha comenzado. Sin embargo, todavía hay sentimientos sin revelar y conflictivos. Durante la siguiente fase, el analista asiste al paciente con gentileza en la exploración de estas áreas cargadas de emoción identificando e interpretando la resistencia en un esfuerzo por debilitar las defensas del paciente y traer a descubierto los conflictos reprimidos. Los esfuerzos del analista provocan en el paciente enojo, ansiedad o depresión; el analista es percibido ahora como rechazante e inútil. Pueden surgir de nuevo las ideas de concluir en forma prematura el análisis. Por fin la transferencia negativa comienza a ser coherente alrededor de áreas específicas. El paciente reconstruye y reexperimenta episodios cruciales de la infancia. La situación no resuelta del pasado no sólo incluye acontecimientos traumáticos solucionados de manera insuficiente sino, más importante, relaciones interpersonales y fantasías resueltas de forma inadecuada. El analista mantiene una actitud neutral, interpretando la transferencia y alentando al paciente a reexaminar aquellas circunstancias bajo la perspectiva de una madurez aumentada. La actitud del analista permite al paciente trabajar a través de esas situaciones hacia una conclusión más satisfactoria. Al final, el analista ayuda al paciente a convertir el *insight* recién adquirido en existencia y conducta cotidianas. Esta reeducación emocional permite a los *insight* nuevos volverse una parte permanente de la personalidad del paciente.

En su forma tradicional, el análisis es un procedimiento prolongado y costoso. El paciente se reúne con el analista en sesiones de cincuenta minutos un promedio de cinco veces a la semana durante un periodo de varios años. Esto requiere un compromiso considerable en términos de tiempo, esfuerzo y dinero. Los analistas contemporáneos han depurado más el proceso, percatándose de la importancia de cuestiones tales como vencer la resistencia, reconocer el peligro de la contra-transferencia (la cual actúa del analista hacia el paciente; véase Ornstein, 1983; Goleman, 1993a) y penetrar poco a poco las cuestiones en un nivel emocional. El objetivo del psicoanálisis es ambicioso —un entendimiento, reorganización y cambio básico completos de la estructura de la personalidad—. Estos objetivos no pueden ser logrados con rapidez o facilidad. Y, como escribió Freud en una ocasión: "Un neurótico que ha sido curado en realidad se ha convertido en una persona diferente... se ha convertido en su mejor personalidad, lo que debería haber sido bajo las condiciones más favorables."

Validación empírica de los conceptos psicoanalíticos

La teoría de Freud generó una gran cantidad de investigación empírica e intentos para probar sus conceptos. Un número considerable de literatura (por ejemplo, Sears, 1943, Kline, 1972 y Fisher y Greenberg, 1977; Geisler, 1985) se ocupa de los intentos por probar en un laboratorio u otro ámbito hipótesis derivadas de las ideas de Freud para descubrir si funcionan de manera útil como ciencia.

Como se ha visto (en el capítulo 1), un método experimental es favorecido por muchos psicólogos debido a que permite inferir una relación de causa y efecto entre dos factores. De este modo, por ejemplo, Lloyd Silverman (1976) diseñó un experimento para probar la hipótesis de que la depresión surge de los sentimientos agresivos que han sido vueltos hacia adentro contra sí mismo. Trató de activar deseos agresivos inconscientes para percatarse si darían por resultado una intensificación de los sentimientos deprimidos o no. En una sesión, le mostró a

un grupo de sujetos dibujos y mensajes verbales que fueron diseñados para producir deseos agresivos inconscientes. Las imágenes incluían dibujos tales como el de un hombre con aspecto fiero con un cuchillo y el mensaje "El caníbal come personas". En otra sesión, Silverman mostró al mismo grupo imágenes neutrales de personas leyendo o caminando. Estas dos series de imágenes constituyeron la variable independiente. Los sujetos fueron expuestos a las imágenes sólo durante cuatro milésimas de segundo, así que se supuso que su percepción fue subliminal. Antes y después de las sesiones, se les pidió a los sujetos que estimaran sus sentimientos. Sus autoestimaciones representaron la variable dependiente. Como se esperaba, los sujetos reportaron más sentimientos depresivos después de ver las imágenes agresivas que después de ver las neutrales.

En otro estudio más acerca de los sueños en un grupo de hombres, Hall y Van de Castle (1965) investigaron si éstos reportaban o no más sueños expresivos de ansiedad de castración y menos sueños expresivos de envidia del pene que las mujeres, el resultado fue afirmativo. De este modo, Hall y Van de Castle tuvieron

SUPUESTOS FILOSÓFICOS

Revisión de Freud

¿Cómo estimaría a Freud en cada uno de los supuestos filosóficos básicos descritos en el capítulo 1? Cada cuestión básica fue presentada como una dimensión bipolar a lo largo de la cual puede ser colocada la opinión de una persona según el grado de acuerdo con uno u otro extremo. Estime las opiniones de Freud en estas cuestiones.

Cuando haya determinado donde piensa usted que se encuentra Freud, compare sus respuestas con las de sus compañeros de clases y las de su instructor. Debe estar dispuesto a defender sus estimaciones, pero también debe estar preparado para cambiarlas bajo la perspectiva de los argumentos irresistibles de los demás. Después, compare su estimación de Freud con su propia opinión en cada cuestión y con aquellas de otros teóricos. ¿Esta comparación le ayuda a entender por qué su teoría le atrae o no?

Estaría muy de acuerdo	Estaría de acuerdo	Es neutral o cree en la síntesis de ambas opiniones	Estaría de acuerdo	Estaría muy de acuerdo
1	2	3	4	5

libertad

Las personas básicamente tienen control sobre su propia conducta y entienden los motivos que hay detrás de ésta.

determinismo

La conducta de las personas está determinada de manera básica por fuerzas internas o externas sobre las que tienen poco control, si es que tienen alguno.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

hereditario

Las características heredadas e innatas tienen la influencia más importante sobre la conducta de una persona.

ambiental

Los factores en el ambiente tienen la influencia más importante sobre la conducta de una persona.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

unicidad

Cada individuo es único y no puede ser comparado con los demás.

universalidad

Las personas son de manera básica de naturaleza muy similar.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

proactivo

Los seres humanos actúan de manera principal por su propia iniciativa.

reactivo

Los seres humanos reaccionan de manera principal ante los estímulos del mundo exterior.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

optimista

Pueden ocurrir cambios significativos en la personalidad y la conducta a lo largo del curso de una vida.

pesimista

La personalidad y conducta de una persona son de manera esencial estables e inmutables.

que desarrollar con esmero un manual de calificación que explicaba criterios específicos para interpretar varios temas de sueños como indicativos de ansiedad de castración y envidia del pene. También tuvieron que mostrar que hubo acuerdo entre diferentes evaluadores. Como se puede observar, algunos de estos esfuerzos para probar la teoría de Freud han demostrado mucha ingenuidad y complicación.

No todos los conceptos freudianos se han mantenido bien bajo el escrutinio. Por ejemplo, se ha vuelto insostenible bajo la perspectiva de la investigación moderna en embriología, biología y desarrollo psicosexual femenino considerar a la mujer como un hombre castrado cuyo superyó menos desarrollado y su percepción negativa de su cuerpo se debe a envidia del pene (Small, 1989). Wolberg (1989) sugirió que las opiniones de Freud sobre la sexualidad femenina esclarecen los dilemas que él mismo enfrentó cuando sus observaciones no correspondían con su teoría. Se han hecho comentarios similares respecto a algunos de sus estudios de caso (Magid, 1993). Tampoco ha sido justificado que el hombre resuelva el complejo de Edipo identificándose con el padre y aceptando sus normas de superyó por temor (Schultz, 1990). Los estudios han apoyado la idea de Freud de que los sueños pueden expresar de una manera disfrazada o simbólica las preocupaciones emocionales de un individuo (Breger, Hunter y Lane, 1971), pero no confirman que satisfagan deseos inconscientes (Demont y Wolper, 1958).

Otros conceptos freudianos, sin embargo, parecen mantenerse bajo el escrutinio. Éstos incluyen aspectos de los tipos de personalidad oral y anal propuestos por Freud (Masling, Rabie y Blondheim, 1967; Tribich y Messer, 1974; Kline, 1972). Los estudios tanto en poblaciones normales como psiquiátricas parecen confirmar que la psicopatología resulta de deseos agresivos o sexuales conflictivos inconscientes. La investigación del cerebro ha apoyado conceptos tales como los procesos inconscientes, la cognición de proceso primario, los trastornos de conversión y la naturaleza conflictiva de la mente (Ducat, 1985). El concepto de represión ha sido definido de manera operacional como una tendencia intensa a olvidar más los acontecimientos identificados con asociaciones desagradables o temidas que con eventos neutrales o placenteros (Glucksberg y King, 1967; Davis, 1987). Definir inconsciente como lo *incapaz de ser verbalizado* permite que estos procesos sean sujetos a estudio experimental (Kline, 1987). La prueba experimental de estas y otras hipótesis orientadas de forma psicoanalítica indica su utilidad (Shurcliff, 1968; Hammer, 1970; Silverman, 1976).

A menudo es difícil traducir los conceptos de Freud a procedimientos operacionales que permitan una prueba inequívoca. La traducción operacional de muchos de los conceptos de Freud puede malinterpretar y simplificar en forma exagerada sus ideas. La teoría freudiana de la represión no sólo implica experiencias asociadas con pensamientos desagradables; por tanto, los estudios sobre la represión pueden tratar con fenómenos que en esencia son diferentes al tipo de fenómenos que preocupaban a Freud. Hasta este momento, no hay evidencia directa que justifique conceptos tales como el ello, el yo, el superyó, la libido, el deseo de muerte y la ansiedad. De hecho, si los conceptos son distorsionados y minimizados, no representarán en realidad los constructos del pensamiento de Freud. Las propias investigaciones de Freud y aquellas de otros psicoanalistas difi-

cilmente permiten réplica debido a que fueron llevadas a cabo bajo condiciones de privacidad y confidencialidad.

Algunos críticos creen que la pretensión científica de la teoría psicoanalítica yace en un ambiente muy inestable (MacIntyre, 1958; Fingarette, 1963; Grünbaum, 1979, 1980, 1984; Rinaldi, 1990). Otros son muy optimistas respecto a lograr una fusión de las operaciones experimentales y las observaciones clínicas en el estudio de los fenómenos psicoanalíticos. Algunos sugieren que puede haber una posible convergencia del psicoanálisis y la información neurocientífica reciente (Edelson, 1986). (Erdelyi (1985), Power y Brewin (1991), Shevrin (1992), Stein (1992) y Wakefield (1992) sugieren que la naciente psicología cognoscitiva, la cual se basa en lingüística generadora y en la ciencia de la información, puede proporcionar el marco de referencia cognoscitivo para asimilar el psicoanálisis. Declaran que el psicoanálisis es en esencia una psicología cognoscitiva interesada en problemas de conciencia, estructura, representación, significado, almacenamiento y recuperación, transformación y prejuicio en el pensamiento. Existe una diversidad de información en la psicología moderna que no estuvo disponible para Freud: los hallazgos de la antropología concernientes a la naturaleza cultural de la humanidad; estudios empíricos de la interacción madre-hijo y de la competencia en infantes; el descubrimiento del sueño MOR (movimientos oculares rápidos); el papel de las emociones en la excitación individual y en la comunicación social; el crecimiento de la psicología de las diferencias sexuales, y estudios sobre el estilo cognoscitivo (Lewis, 1988). Dada la información que no estaba disponible para Freud, la naturaleza visionaria de muchas de sus ideas y el hecho de que sus conceptos continúen promoviendo tales investigaciones y debates tan activos es de lo más impresionante.

Teoría de Freud: filosofía, ciencia y arte

Educado con los métodos precisos de la ciencia del siglo XIX, Freud estableció una reputación como investigador médico antes de desarrollar la teoría del psicoanálisis. En sus escritos definió y describió con claridad el proyecto científico. Afirmó que el conocimiento se basa en la observación empírica y sostuvo en forma dogmática que sus propias teorías estaban basadas así. Sus conceptos, declaraba, eran tan sólo constructos tentativos para ser descartados si la observación posterior no los confirmaba. Con frecuencia revisó sus teorías debido a que habían surgido nuevos datos que no podían ser explicados con tales teorías.

Freud hizo observaciones cuidadosas de sus pacientes en el ámbito terapéutico y acumuló información considerable de las técnicas de asociación libre y análisis de los sueños. Hizo interpretaciones y consideró la conducta subsecuente de sus pacientes como confirmación o refutación de sus hipótesis. Realizó también su propio autoanálisis, comenzando en 1897 y continuando a lo largo de toda su vida. Los datos recopilados por medio del autoanálisis pueden ser llamados con propiedad empíricos, ya que están basados en la observación. El hecho de que el observador esté viendo hacia adentro ("instrospección") en lugar de hacia afuera ("extrospección") no hace menos empíricos a los datos, aunque la información reunida por medio de la instrospección puede ser más difícil de probar.