

- 11 Presentación
 13 Freud: dencia - so
 18 Actualidad de Freud y
 20 y
 23 y
 27 y
 1 Relación y - Religión
 3 " Monoteísmo - Moisés
 8 "
 10 Dios imaginario
 15 "
 17 "
 22 Oración
 24 "
 29
 (1)
 6
 8 Decidir
 13 "
 15 gn 2-3 → Mito
 20 gn 2-3
 22 Do Hb
 23 Do Hb
 28 Mc 1
 3 Mc 1
 5 Mc 5
 10 Mc 5
 12 Civil
 17 Cierre - entrega evaluación
 19 Zn
 - Frager
 - Domínguez Moreno
 - Drewermann
 - Dolto
 - Capponi

No es Freud y la religión.
 Aspectos del y relacionados
 a religión en general
 cristianismo
 judaísmo.

1. Presentación Freud y y
2. Temas de Rel. - y : proponer para elegir
3. Lectura de la Biblia

Traducción:
JESÚS VILLAMIZAR HERRERA
 Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia
 Universidad de California del Sur
 Los Angeles, California, E.E.U.U.

Revisión Técnica:
ARACELI OTERO DE SAINZ
 Facultad de Psicología
 Universidad Nacional Autónoma de México
 Instituto Juan Jacobo Rousseau
 Universidad de Ginebra, Suiza

137
 F145
 C.02

teorías de la personalidad

james fadiman

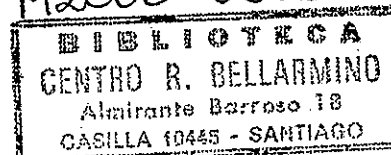
robert frager

Stanford University

California Institute of

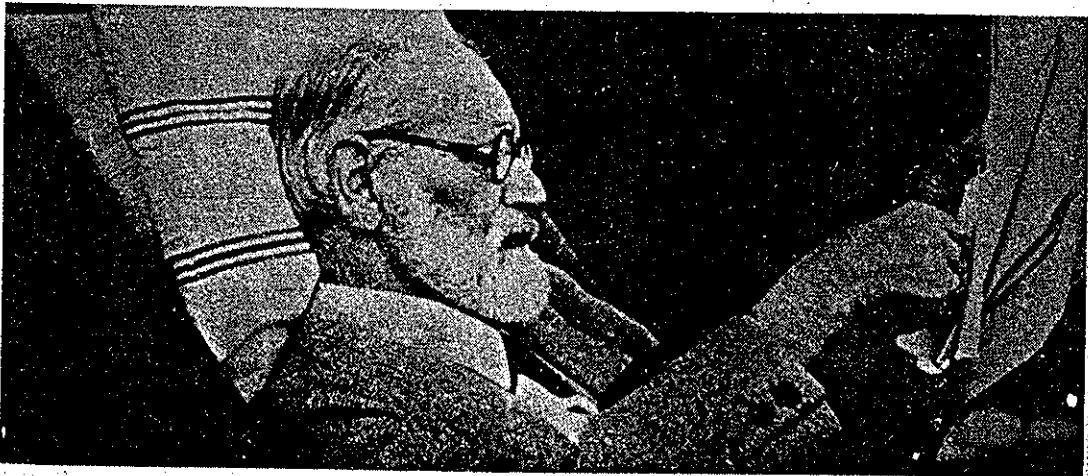
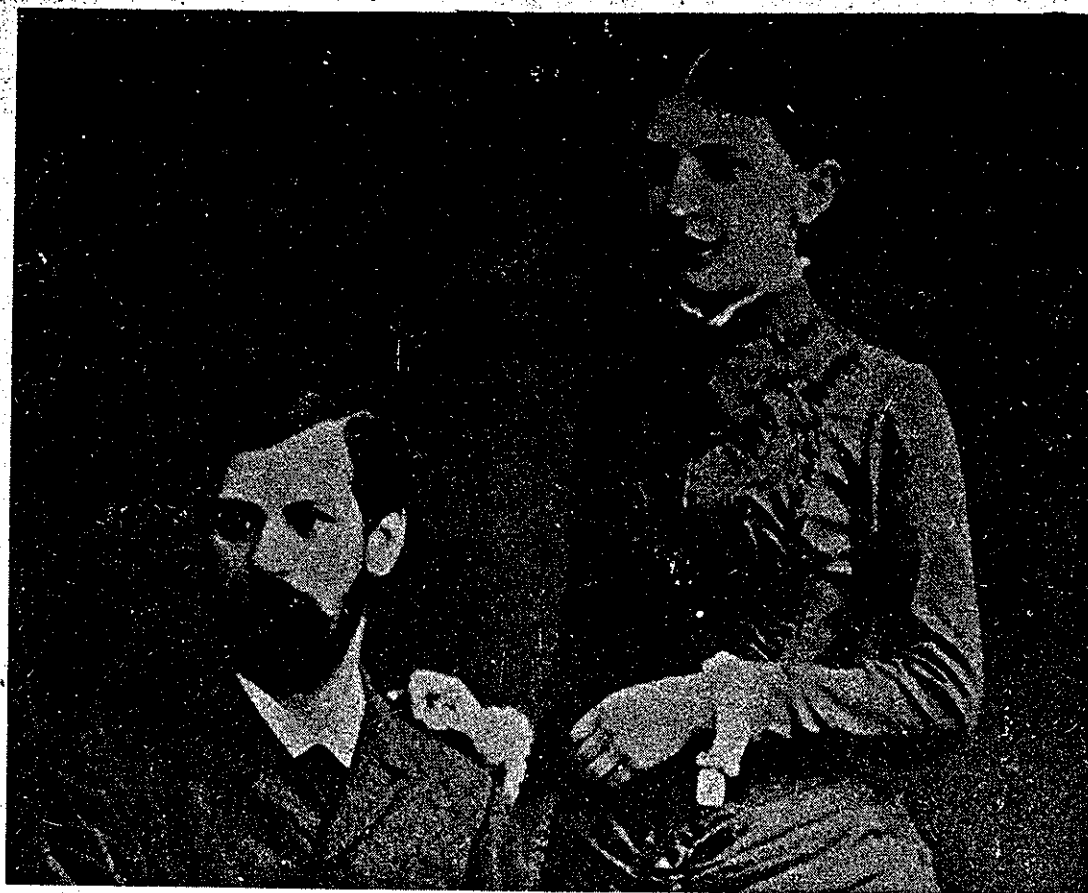
Transpersonal Psychology

M2000.0536



HARLA • México
 ¡Un Nuevo Concepto en Libros Didácticos!

México • Estados Unidos • Centroamérica
 • El Caribe • Sudamérica • España



SIGMUND FREUD

La obra de Freud, que se origina en las disciplinas especializadas de la Neurología y la Psiquiatría, propone un concepto de la personalidad que ha repercutido enormemente en la cultura occidental. Sus conceptos sobre la condición humana, que chocaban violentamente con las opiniones predominantes de su época, ofrecen un medio complejo e imperioso para observar el desarrollo normal y anormal.

Freud exploró áreas de la psique que eran discretamente ocultas por la moralidad y la filosofía victorianas y concibió nuevos métodos para tratar al enfermo mental. Su obra contradijo tabúes culturales, religiosos, sociales y científicos. Su manera de escribir, su personalidad y su deseo de ampliar los límites de su obra lo convirtieron en el centro de un círculo de críticos y amigos que cambiaba constantemente. Freud volvía a meditar y revisar continuamente sus ideas. Como cosa interesante, sus más severos críticos se encontraban entre aquéllos a quienes él había supervisado personalmente en distintas etapas de su obra.

No es posible describir totalmente en un solo capítulo la obra de Freud; lo que vamos a ver enseguida es una simplificación intencional de un sistema complejo, confusamente unido e incompleto. Se trata de una visión general que pretende servir como un conjunto de ideas que harán más claros otros planteamientos de los conceptos de Freud y que permitirán una mayor comprensión de los autores cuya obra estuvo sumamente influida por él. No nos interesa probar o refutar sus teorías, lo primordial es entenderlo.

BIOGRAFIA

Sigmund Freud nació el 6 de mayo de 1856 en la pequeña ciudad de Freiberg en Moravia (ahora Checoslovaquia). Cuando tenía cuatro años de edad, su familia tuvo problemas económicos y se trasladó a Viena. Freud permaneció allí hasta 1938, año en que emigró a Inglaterra. Murió en 1939.

Debido a la fuerza de sus escritos y por la amplitud y audacia de sus especulaciones, Sigmund Freud revolucionó el pensamiento, la vida y la imaginación de una época... Será difícil encontrar, en la historia de las ideas, incluso en la historia de la religión, a alguien cuya influencia haya sido tan inmediata, tan amplia o tan profunda (Wollheim, 1971, p. ix).

Durante su niñez se distinguió como estudiante. A pesar de los limitados recursos económicos de su familia, que obligaban a sus ocho miembros a vivir en un estrecho apartamento, Freud, el mayor de los hijos, tenía su cuarto propio e incluso una lámpara de petróleo para estudiar; el resto de la familia tenía que conformarse con velas. En el *bachillerato* continuó su excelente rendimiento académico. "Durante siete años fui el primero de la clase; allí disfruté de privilegios especiales y casi no me presentaba a exámenes" (Freud, 1935, p. 9).

Como era judío, no tenía acceso a las carreras profesionales, a excepción de la medicina y el derecho —tal era el clima antisemítico que predominaba en esa época. Bajo la influencia de las obras de Darwin y Goethe, Sigmund Freud decidió ingresar en 1873 a la Facultad de Medicina de la Universidad de Viena.

Sus experiencias en dicha universidad, donde era tratado como "inferior y forastero" debido a su origen judío, fortalecieron su capacidad para soportar las críticas. "Desde muy temprana edad me acostumbré a mi destino de estar en la oposición y de ser puesto en entredicho por la 'mayoría compacta'. Así fue como se establecieron las bases para un cierto grado de independencia de juicio" (Freud, 1935, p. 11). Permaneció ocho años como estudiante de Medicina, tres más de lo acostumbrado. En todo ese tiempo trabajó en el Laboratorio de Fisiología del Doctor Ernst Brücke. Algo de la fe que Freud tenía en los orígenes biológicos de la conciencia se puede encontrar en los propios planteamientos de Brücke. En cierta ocasión, Brücke juró formalmente sostener la siguiente proposición:

Dentro del organismo no hay otras fuerzas activas diferentes de las usuales fuerzas físicas y químicas. En aquellos casos que actualmente no pueden explicarse por dichas fuerzas, uno tiene que hallar su mecanismo específico o su forma de acción por medio del método físico-matemático o bien tomar nuevas fuerzas, iguales en rango respecto a las fuerzas físico-químicas inherentes a la materia, que se puedan reducir a la fuerza de atracción y repulsión. (En Rycroft, 1972, p. 14)

Freud llevó a cabo investigaciones particulares de Histología y publicó artículos sobre Anatomía y Neurología. A los veintiséis años de edad se graduó de médico. Continuó trabajando con Brücke durante un año y siguió viviendo con su familia. Anhelaba ocupar la siguiente vacante en el laboratorio de Brücke, pero éste ya tenía dos excelentes asistentes antes que él. "El momento decisivo ocurrió en 1882 cuando mi profesor, por quien sentía la más alta estimación posible, censuró la generosa imprevisión de mi padre, aconsejándome muy seriamente que abandonara la carrera teórica en vista de mi mala situación económica" (Freud, 1935, p. 13). Por otro lado, Freud se había enamorado y había comprendido que si algún día debía casarse iba a necesitar un empleo mejor remunerado.

Aunque empezó a ejercer de mala gana la práctica privada, sus principales intereses siempre estuvieron en el campo de la exploración científica y la observación. Después de trabajar, primero como cirujano y más tarde como médico general, se hizo "médico residente" en el hospital más importante de Viena. Tomó un curso de Psiquiatría que aumentó su interés por las relaciones entre los síntomas mentales y las enfermedades físicas. En 1885 ya había adquirido la prestigiosa posición de conferencista en la Universidad de Viena. Su carrera comenzó a ser prometedora.

De 1884 a 1887, Freud realizó sus primeras investigaciones con la cocaína, cuyas propiedades le impresionaron al principio. "Yo he probado una docena de veces, conmigo mismo, este efecto de la coca, que evita el hambre, el sueño y la fatiga, y lo hace a uno insensible al esfuerzo intelectual..." (1963, p. 11). Escribió acerca de sus posibles usos tanto para trastornos físicos como mentales. Fue su defensor por breve tiempo ya que más tarde se dio cuenta de sus propiedades adictivas y suspendió la investigación.

Con el apoyo de Brücke obtuvo una beca y viajó a París a trabajar con Charcot, quien entonces demostraba la posibilidad de inducir o aliviar con la hipnosis los síntomas de histeria. Freud se dio cuenta de que los pacientes con histeria mostraban síntomas que anatómicamente son imposibles. Por ejemplo, con la "anestesia del guante" la persona parece no tener sensibilidad en la mano, pero sí tiene sensaciones normales en la muñeca y en el brazo. Como los nervios se extienden ininterrumpidamente desde el hombro hasta la mano, no puede haber una causa física para este síntoma. Para Freud fue claro entonces que la histeria era un trastorno psíquico, cuyo origen requería una explicación psicológica. Charcot lo consideraba como un estudiante capaz e inteligente, por lo que le permitió traducir al alemán sus trabajos de investigación cuando éste regresó a Viena.

Su trabajo en Francia aumentó su interés en la hipnosis como herramienta terapéutica. Con la cooperación del veterano y distinguido médico Breuer, Freud exploró la dinámica de la histeria (1895). Resumió sus descubrimientos de la siguiente manera: "Los síntomas de los pacientes histéricos dependen de las escenas que los han impresionado alguna vez en su vida, pero que ya han olvidado (traumas). Por lo tanto, la terapia descubierta consistía en hacer que los pacientes recordasen y reprodujeran en estado hipnótico tales experiencias (catarsis)..." (1914, p. 13). Sin embargo, descubrió que la hipnosis no era tan efectiva como esperaba. Finalmente, la abandonó por completo y prefirió estimular a sus pacientes para que hablaran libremente y comunicaran sus pensamientos, cualesquiera que fueren, sin importar la relación obvia —o una falta de relación— con sus síntomas.

Ni en esa época, ni de hecho posteriormente, sentí una predilección particular por la carrera de la Medicina. Mi principal motivación, más que nada una curiosidad, estaba, sin embargo, orientada más hacia los intereses humanos, qué hacia los objetos naturales; tampoco comprendí entonces la importancia de la observación como uno de los mejores medios para satisfacerla. (Freud, 1935, p. 10)

En 1896, Freud usó por primera vez el término "psicoanálisis" para describir sus métodos. En 1897 comenzó su propio autoanálisis. En 1900 ya había publicado "*La interpretación de los sueños*"*, considerada por muchos como su obra más importante, aunque casi no se le prestó atención por el momento. Al año siguiente, Freud continuó con otra obra importante: *La psicopatología de la vida cotidiana*. Poco a poco se fue formando un círculo de médicos a su alrededor, en el que se incluían Alfred Adler, Sandor Ferenczi, Carl Jung, Otto Rank, Karl Abraham y Ernest Jones. El grupo formó una sociedad; se escribieron artículos, se publicó una revista y el movimiento psicoanalítico empezó a extenderse.

En 1910, Freud fue invitado a Norteamérica para dictar conferencias en la Universidad de Clark. Sus obras empezaron a traducirse al inglés y la gente comenzó a interesarse por las teorías del doctor Sigmund Freud.

Pasó su vida desarrollando, ampliando y esclareciendo, el psicoanálisis; trataba de mantener el control sobre el movimiento psicoanalítico, expulsando a quienes no estaban de acuerdo con sus ideas y exigiendo un inusitado grado de lealtad hacia su propia posición. Jung, Adler y Rank, entre otros, se marcharon después de haber tenido varias discrepancias con él, debidas a problemas teóricos y cada uno de ellos fundó más tarde su propia escuela.

Freud escribió mucho. Sus obras completas constan de veinticuatro volúmenes que incluyen ensayos referentes a temas tan delicados como la práctica clínica, una serie de conferencias que esbozan toda su teoría y monografías especializadas sobre asuntos religiosos y culturales. Intentó construir una estructura que le sobreviviera, que algún día pudiera volver a orientar a toda Psiquiatría hacia su propia posición. Era exigente y tiránico. Temía que los psicoanalistas que se desviaran de los procedimientos por él establecidos pudieran debilitar el poder y las posibilidades del psicoanálisis. Ante todo, deseaba evitar la tergiversación y el mal uso de la teoría psicoanalítica. Por ejemplo, en 1931, Ferenczi cambió de pronto sus métodos, convirtiendo la situación de análisis en algo donde el afecto podía expresarse más libremente; Sigmund le escribió en los siguientes términos:

Veo que las diferencias entre nosotros han culminado en un detalle técnico que vale la pena discutir. No es un secreto el hecho de que usted besa a sus pacientes y deja que ellas lo besen a usted... En estas circunstancias, cuando usted se decida a explicar ampliamente su técnica y sus resultados tendrá que escoger entre dos caminos: o habla de ello o lo oculta. Esto último, como se podrá imaginar, es deshonesto...

Claro que, con toda seguridad, no soy de aquéllos que por hipocresía o por consideración a los convencionalismos burgueses iba a condenar peque-

Cuando me coloqué en el estrado, en Worcester, para dictar mis "Cinco conferencias" sobre el psicoanálisis, todo parecía un sueño increíble: el psicoanálisis ya no era más el producto de una ilusión, ahora formaba parte importante de la realidad. (Freud, 1925, p. 104)

* N. del E. Hay casos en los que la traducción de estos títulos no coincide con la de las publicaciones en español. Para una información más precisa, véase la bibliografía al final de cada capítulo.

ñas satisfacciones eróticas de esta clase. También sé que, en la época de los nibelungos, un beso era un saludo inofensivo que se daba a todo huésped. Además, opino que el análisis es posible aun en la Unión Soviética donde, en cuanto al Estado se refiere, hay una total libertad sexual. Pero, eso no cambia el hecho de que no vivimos en Rusia y de que entre nosotros un beso significa cierta intimidad erótica. En nuestras técnicas hemos llegado, hasta ahora, a la conclusión de que debemos evitar las satisfacciones eróticas con los pacientes...

Imagine ahora cuál será el resultado de publicar su técnica. No hay revolucionario alguno que no haya sido expulsado de su campo por alguien más radical. Varios pensadores independientes en cuestiones de técnica se dirán: ¿por qué detenerse en un beso? Ciertamente uno va más allá cuando adopta también el "manoseo", lo cual, después de todo no engendra un niño: Luego habrá otros más atrevidos que, yendo más lejos, empezarán a espiar y a divulgar cuanto vean y pronto habremos aceptado, en la técnica del análisis, todo el repertorio de fiestas de semivirginidad y de caricias que origina un enorme incremento del interés en el psicoanálisis, tanto por parte de los psicoanalistas como de los pacientes. El nuevo adepto, sin embargo, reclamará fácilmente mucho de este interés para sí mismo; a nuestros colegas más jóvenes les será difícil detenerse en el momento que habían previsto inicialmente y el Dios Padre Ferenczi, contemplando la emocionante escena por él creada, tal vez se diga: después de todo quizá debí detener mi técnica de afecto maternal antes del beso. (Citado en Jones, 1955, pp. 163-164)

A medida que su obra se volvía más conocida también aumentaban las críticas. En 1933, los nazis quemaron en Berlín una pila de sus libros y comentó: "Cómo hemos progresado. En la Edad Media me hubieran quemado a mí, actualmente se contentan con quemar mis libros" (Jones, 1957). Cuando los alemanes se apoderaron de Austria en 1938, Freud obtuvo permiso para viajar a Londres, donde murió un año más tarde.

Los últimos años de Freud fueron difíciles. De 1923 en adelante su salud se quebrantó por el padecimiento de cáncer en la boca y en el maxilar. Tenía dolores casi permanentes y se le practicó un total de treinta y tres operaciones para detener la propagación del cáncer.

Envuelto siempre en discusiones sobre la validez o utilidad de su obra, seguía escribiendo. Su último libro, *Un ensayo del psicoanálisis* (1940) comienza con una dura advertencia a los críticos: "Las enseñanzas del psicoanálisis se basan en un número incalculable de observaciones y experiencias y sólo aquél que haya repetido tales observaciones consigo mismo y con otras personas está en condiciones de formarse un juicio propio acerca de él." (p. 1)

El éxito de Freud se puede juzgar no solamente por el continuo interés y controversia suscitados sobre los aspectos de la teoría psicoanalítica, sino substancialmente por sus ideas, que han venido a formar parte de la herencia común del Occidente culto. Todos estamos en

deuda con él por haber descubierto el mundo que yace en lo más profundo de nuestra conciencia.

CONCEPTOS PRINCIPALES

Una tarde, la semana pasada, cuando estaba muy ocupado en mi trabajo y era atormentado precisamente por esa gran cantidad de dolor que parece ser el mejor estado para hacer funcionar mi cerebro, se derrumbaron de pronto las barreras, se corrió el velo y tuve una clara visión de los detalles que van desde las neurosis hasta las condiciones que hacen posible la conciencia. Todo parecía estar conectado, todo el conjunto funcionaba y tenía la impresión de que la cosa era realmente una máquina y que pronto se echaría a andar sola... todo eso era perfectamente claro y todavía lo está. Lógicamente, no sé cómo contenerme de placer. (Freud, carta a Fliess, Oct. 20, 1895).

Como fundamento de todo el pensamiento de Freud se encuentra la hipótesis de que el cuerpo es la única fuente de toda experiencia mental. Esperaba el momento en que todos los fenómenos mentales pudieran explicarse en relación directa con la fisiología del cerebro.

Freud creía que su propia obra a menudo era solamente descriptiva y que sería remplazada por una mejor investigación en el campo de la neurología.

Determinismo psíquico

Freud inicia su concepción teórica suponiendo que no hay ninguna discontinuidad en la vida mental; afirmaba que *nada* sucedía al azar, ni aun en el menor de los procesos mentales. Hay una causa para cada pensamiento, recuerdo revivido, sentimiento o acción. Cada suceso mental es causado por una intención consciente o inconsciente y está determinado por los eventos que lo han precedido. En virtud de que algunos sucesos mentales "parecen" ocurrir espontáneamente, Freud empezó a investigar y a describir los vínculos ocultos que unían un evento consciente con otro.

Consciente, preconsciente, inconsciente

"El punto de partida para esta investigación lo proporciona un hecho sin igual que desafía toda explicación o descripción: el hecho de la conciencia. Sin embargo, si alguien habla del estado consciente, sabemos inmediatamente, y desde nuestra experiencia más personal, lo que con ello se da a entender" (Freud, 1940, p. 14). La conciencia es sólo una pequeña parte de la mente; incluye todo aquello de lo cual nos damos cuenta en cualquier momento dado. Aunque a Freud

Muchos de los aspectos más enigmáticos y aparentemente arbitrarios de la teoría del psicoanálisis... o son hipótesis biológicas ocultas, o provienen directamente de tales hipótesis (Holt, 1965, p. 94)

le interesaban los mecanismos de la conciencia, estaba más interesado en aquellas áreas menos conocidas o exploradas, a las cuales denominó *preconsciente* e *inconsciente*.

Inconsciente

La premisa inicial de Freud consistía en que existen conexiones entre todos los sucesos mentales. Cuando un pensamiento o un sentimiento parecen no tener relación con pensamientos o sentimientos precedentes, las conexiones se hallan en el inconsciente. Una vez que se han descubierto estos vínculos inconscientes se desvanece la aparente discontinuidad. "Llamamos inconsciente al proceso psíquico cuya existencia estamos obligados a suponer —por alguna razón como ésa la deducimos de sus efectos— pero del cual no sabemos nada" (Freud, 1933, p. 70).

Dentro del inconsciente hay elementos instintivos que nunca han sido conscientes y que nunca son accesibles a la conciencia. Además, hay material censurado y reprimido que ha sido apartado de la conciencia. Este material no se olvida ni se pierde, sólo que no se le permite ser recordado. El pensamiento o la memoria sigue influyendo en la conciencia, pero sólo indirectamente.

Existe una perpetuidad y una proximidad con el material inconsciente. Los recuerdos que tienen décadas de antigüedad no pierden nada de su fuerza emocional cuando se liberan en la conciencia. "Hemos descubierto por experiencia propia que los procesos mentales inconscientes son 'eternos' por sí mismos. Hay que empezar por decir que no están organizados cronológicamente, el tiempo nada altera en ellos, ni se les puede aplicar la idea de tiempo" (Freud 1920; en Fodor, 1958, p. 162).

La mayor parte de la conciencia es inconsciente. Allí están los principales determinantes de la personalidad, la fuente de la energía psíquica y de los impulsos o instintos.

Preconsciente

Estrictamente hablando, el preconsciente es parte del inconsciente, pero es una parte capaz de volverse fácilmente consciente. Las partes de la memoria que son accesibles son parte del preconsciente. Esto podría incluir el recuerdo de todo lo que hicimos ayer, del apellido, de todas las calles donde hemos vivido, de la fecha de la conquista española, de los alimentos favoritos, del olor de las hojas quemadas, del extraño pastel que nos hicieron cuando cumplimos diez años y un sinnúmero de experiencias pasadas. El preconsciente es como un vasto dominio donde están los recuerdos que la conciencia necesita para llevar a cabo sus funciones.

No hay necesidad de caracterizar lo que llamamos "consciente". Es lo mismo que la conciencia de los filósofos y de la opinión cotidiana (Freud, 1940, p. 16)

Ciertas imperfecciones de nuestras funciones psíquicas y ciertos logros que aparentemente no son intencionales prueban estar bien motivados cuando se someten a la investigación psicoanalítica (Freud, 1901)

Impulsos o instintos

Los instintos son las presiones que dirigen un organismo hacia determinados fines. Cuando Freud emplea el término no se refiere a los patrones complejos y hereditarios de la conducta que se encuentran en los animales inferiores, sino a sus equivalentes en el hombre. Tales instintos son "la causa última de toda actividad" (Freud, 1940, p. 5). Freud solía llamar necesidades a los aspectos físicos de los instintos; los aspectos mentales de los instintos pueden llamarse generalmente deseos. Los instintos son las fuerzas impulsoras que incitan al hombre a actuar.

En general, el instinto se considera como una especie de elasticidad de las cosas vivas, como un impulso hacia el restablecimiento de una situación que existió alguna vez pero que dejó de existir por alguna perturbación del exterior. (Freud, 1925)

Todos los instintos tienen cuatro componentes: una *fuerza*, una *meta*, un *ímpetu* y un *objeto*. La *fuerza*, donde surge la necesidad, puede ser una parte o todo el cuerpo. La *meta* tiene por objeto reducir la necesidad hasta que ya no se necesite más acción; sirve para dar al organismo la satisfacción que desea. El *ímpetu* es la cantidad de energía, fuerza o presión, que se utiliza para satisfacer o recompensar al instinto; esto está determinado por la fuerza o urgencia de la necesidad básica. El *objeto* de un instinto es cualquier cosa, acción o expresión que proporciona la satisfacción de la meta original.

Veamos la forma como aparecen estos componentes en una persona que tiene sed. El cuerpo se deshidrata y necesita más líquidos; la fuerza es el aumento de esta necesidad. Cuando la necesidad aumenta puede conceptualizarse como "sed". Si esta sed no se satisface se vuelve más aguda; cuando la intensidad aumenta se obliga al ímpetu o a la energía disponible a hacer algo para calmar la sed. La meta es reducir la tensión. El objeto no es simplemente un líquido como la leche, el agua o una cerveza, sino todas las acciones que conducen a reducir dicha tensión. Estas podrían incluir la acción de levantarse, ir a la tienda, buscar una de estas bebidas, prepararla y tomarla.

Si bien es cierto que las reacciones de búsqueda iniciales pueden ser instintivas, el punto más importante —el cual es necesario recordar—, es que el instinto puede satisfacerse, total o parcialmente, de varias maneras. La capacidad que los animales tienen para satisfacer sus necesidades está frecuentemente limitada por un patrón de conducta estereotipada. Los instintos humanos solamente inician la necesidad de una acción; ellos no predeterminan la acción dada ni la forma en que se llevará a cabo. El número de soluciones abiertas a un individuo es la suma de su urgencia biológica, del "deseo" mental (que puede ser o no consciente) y de una multitud de ideas anteriores, hábitos y opciones disponibles.

Freud supone que el patrón normal, saludable, conductual y mental está orientado para reducir la tensión a niveles previamente aceptables. Una persona que tenga una necesidad continuará buscando actividades que puedan reducir su tensión original. El ciclo completo

de la conducta, desde la relajación hasta la tensión y la actividad, y una vez más a la relajación, se llama modelo *tensión-reducción*. Las tensiones se eliminan cuando el cuerpo vuelve al nivel de equilibrio que existía antes de que la necesidad se presentara.

Al examinar una conducta, un sueño o cualquier suceso mental, se podrían buscar los impulsos psicológicos fundamentales que tal actividad satisface. Si vemos que la gente está comiendo, suponemos que está satisfaciendo su hambre; si está llorando, probablemente algo la ha perturbado. El esfuerzo analítico implica la selección de las causas de los pensamientos y de las conductas, de tal manera que, cuando la necesidad haya sido satisfecha imperfectamente por un pensamiento o conducta particulares, se pueda tratar en forma más adecuada.

Sin embargo, hay muchos pensamientos y conductas que no parecen reducir la tensión; en realidad parecen crear tensión, ansiedad o *stress*. Tales conductas pueden indicar que la expresión directa de un instinto ha sido bloqueada. A pesar de que es posible enumerar una amplia serie de "instintos", Freud trató de reducir esta diversidad a unos cuantos instintos básicos.

Instintos básicos

Freud describió de dos maneras los instintos básicos. En su primer modelo describe dos fuerzas opuestas: la sexual (o más generalmente la erótica que satisface físicamente) y la agresiva o destructiva. En sus descripciones posteriores (más globales), consideraba estas fuerzas como de apoyo a la vida o de estímulo a la muerte (y a la destrucción). Ambos postulados presuponen un par de conflictos instintivos básicos, biológicos, duraderos y sin solución. Este antagonismo fundamental no es necesariamente visible en la vida mental; esto se debe a que la mayoría de nuestros pensamientos y acciones no son evocados por una de estas fuerzas instintivas en forma aislada, sino por una combinación de ambas.

Freud estaba impresionado por la diversidad y complejidad de la conducta que surge de la fusión de los impulsos básicos. Escribió, por ejemplo: "Los instintos sexuales son notables por su plasticidad, por la facilidad con que pueden cambiar sus metas, por su intercambiabilidad; es decir, por la facilidad con que pueden sustituir una forma de placer por otra y por la manera como se pueden dejar en suspenso..." (1933, p. 97). Los instintos son los canales por donde la energía puede fluir. Dicha energía obedece sus propias leyes.

La libido y la energía agresiva

Cada uno de estos instintos generalizados tiene su propia fuente de energía. La libido (que en latín significa "deseo" o "ansia") es la

energía disponible para los instintos de la vida. El empleo que hace Freud de este término a veces resulta confuso pues lo describe como una cantidad mensurable. "Su producción, su aumento o disminución, su distribución y su desplazamiento, deben darnos la posibilidad de explicar los fenómenos psicosexuales observados" (Freud, 1905a, p. 118).

Otra característica importante de la libido es su "movilidad", la facilidad con que puede pasar de una área de atención a otra. Freud describió la naturaleza fugaz de la capacidad de respuesta emocional como una corriente de energía que fluye hacia el interior y el exterior de las áreas de interés inmediato.

La energía del instinto de agresividad o de muerte no tiene un nombre especial. Se supone que tiene las mismas propiedades generales que la libido aunque Freud no dejó esto en claro.

Catexia*

La catexia es el proceso por el cual la energía libidinal disponible en la psique se une o está investida en la representación mental de una persona, de una idea o de una cosa. La libido que ha sido investida por la catexia deja de ser móvil y ya no se puede trasladar a nuevos objetos. Se ha arraigado en cualquier parte de la psique que la ha atraído y retenido.

La palabra alemana original, *besetzung*, significa tanto ocupar como invertir. Si imaginamos nuestro almacenamiento de libido como una determinada cantidad de dinero, la catexia es su sistema de inversión. Una vez que se ha invertido una parte, o que la catexia ha intervenido una parte, ésta permanece allí dejándolo a uno sin ese tanto que podría invertir en otra cosa.

Los estudios psicoanalíticos acerca del luto, por ejemplo, interpretan la falta de interés por las actividades normales y la excesiva preocupación por quien acaba de morir como una separación de la libido de las relaciones usuales y como una catexia externa o "hipercatexia" de la persona perdida.

La teoría del psicoanálisis se interesa por lograr entender en dónde la libido ha tenido una catexia inadecuada. Una vez que se ha liberado, o que se le ha dado una nueva dirección, esta misma energía queda luego disponible para satisfacer otras necesidades actuales. La necesidad de descargar energías contenidas se menciona en las obras de Rogers y Maslow, así como también en el budismo y el sufismo. Cada una de estas teorías llega a diferentes conclusiones sobre el origen de la energía psíquica pero todas coinciden con el argumento de Freud de que la identificación y la canalización de la energía

Hay ciertos estados patológicos que parecen no dejarnos otra alternativa diferente a la de pretender que el sujeto descarga una cantidad específica de energía, que distribuye en proporciones variables en sus relaciones con los objetos y consigo mismo. (LaPlanché y Pontalis, 1973 p. 65)

* N. del T. Del griego *katexis* ("retención") y *katekeo* ("tomar posesión", "detener", "retener", "invertir", "cubrir").

psíquica es un problema de gran importancia para comprender la personalidad.

Estructura de la personalidad

Las observaciones hechas por Freud, en sus pacientes, revelaron una serie infinita de conflictos y compromisos psíquicos. Se colocaba al instinto contra el instinto mismo; las prohibiciones sociales bloqueaban los impulsos biológicos y las maneras de competir, a menudo chocaban entre sí. El trató de poner en orden este aparente caos y propuso tres componentes estructurales básicos de la psique: el id, el ego y el superego.

El id

El id "contiene todo lo que se hereda, lo que está presente al nacer, lo que está cimentado en la constitución, sobre todo los instintos que se originan en la organización somática y que encuentran una primera expresión física aquí (en el id) en formas desconocidas para nosotros" (Freud, 1940, p. 2). Es la estructura original, básica y más dominante de la personalidad, abierta, tanto a las exigencias somáticas del cuerpo como a los efectos del ego y del superego. A pesar de que las otras partes de la estructura se desarrollan a partir del id, el id mismo es amorfo, caótico y desorganizado. "Las leyes lógicas del pensamiento no se aplican al id... Los impulsos contrarios van unidos sin excluirse o disminuirse mutuamente..." (Freud, 1933, p. 73). El id es el depósito de energía para toda la personalidad.

Puede compararse con un rey ciego, cuyo poder y autoridad son totales y obligatorios, pero que debe confiar en los demás para distribuir y emplear adecuadamente su poder.

Casi todo el contenido del id es inconsciente, incluye formas mentales que nunca han sido conscientes, así como material que se ha encontrado inaceptable para la conciencia. Un pensamiento o un recuerdo que se ha excluido del consciente y que habita en las sombras del id, todavía es capaz de influir sobre la vida mental de una persona. Freud insistía en que el material olvidado aún tiene poder para afectar al individuo con la misma intensidad, pero sin un control consciente.

El ego

El ego es aquella parte del mecanismo psíquico que está en contacto con la realidad externa. Se desarrolla a partir del id a medida que el niño se entera de su propia identidad para atender y

En el id no hay nada que corresponda a la idea de tiempo, no se reconoce ningún paso del mismo y (algo que es muy importante y espera la atención debida en el pensamiento filosófico) no hay ninguna alteración de los procesos mentales en virtud de su paso... Naturalmente, el id no conoce valores, ni el bien ni el mal, ni moralidad alguna. (Freud, 1933, p. 74)

calmar las repetidas exigencias del id. Como la corteza al árbol, protege al id, pero extrae de él energía para cumplir con dicha tarea. Tiene el deber de asegurar la salud, la seguridad y el buen estado de la personalidad. Freud describe sus diferentes funciones, tanto en relación con el mundo exterior como con el interior, cuyos apetitos se esfuerza por satisfacer.

Las principales características del ego son éstas. Como consecuencia de la relación que ya se había establecido entre la percepción sensorial y la acción muscular, el ego controla el movimiento voluntario. Tiene el deber de autopreservarse. En lo que respecta a los acontecimientos *externos*, el ego cumple con su tarea al enterarse de los estímulos *externos*, almacenando las experiencias de ellos (en la memoria), evitando los estímulos excesivos (mediante la evasión), ocupándose de los estímulos moderados (mediante la adaptación) y, finalmente, aprendiendo a llevar a cabo las modificaciones adecuadas, en el mundo exterior, para su propio provecho (mediante la actividad). En lo que respecta a los eventos *internos* en relación con el id, el ego realiza esa tarea al adquirir control sobre las exigencias de los instintos, decidiendo si se les puede permitir obtener satisfacción, aplazando esa satisfacción al momento y circunstancias favorables en el mundo exterior o suprimiendo totalmente sus excitaciones. Sus actividades están gobernadas teniendo en cuenta las tensiones producidas por los estímulos presentes dentro de él o introducidos en él. La provocación de estas tensiones se siente en general como una *molestia* y su disminución como un *placer*. . . El ego persigue el placer y trata de evitar lo molesto. (1940, pp. 2-3)

En esta forma, el ego es creado originalmente por el id al tratar de hacer frente a la necesidad de reducir la tensión y aumentar el placer. Sin embargo, para llegar a esto, el ego tiene que controlar o modular a su vez los impulsos del id, de tal manera que el individuo pueda seguir enfoques menos inmediatos y más realistas.

Podría servirnos de ejemplo una cita amorosa heterosexual. El id siente que surge una tensión de una excitación sexual insatisfecha y que debe reducirla a través de una actividad sexual directa e inmediata. El ego tiene que determinar cuánta expresión sexual es posible y cómo se establecen las situaciones en que el contacto sexual sea más satisfactorio. El id responde a las necesidades y el ego se encarga de las oportunidades

El superego

Esta última parte de la estructura no se desarrolla del id, sino del ego. Actúa como juez o censor, respecto a las actividades y pensamientos de éste. Es el depósito de los códigos morales, los modelos de conducta y todas aquellas construcciones que constituyen las inhibiciones de la personalidad. Freud describe tres funciones del superego: la conciencia, la auto-observación y la formación de ideales.

Como conciencia, el superego actúa para restringir, prohibir o juzgar la actividad consciente, pero también actúa inconscientemente. Las restricciones inconscientes son indirectas y se presentan como compulsiones o prohibiciones. "El que sufre... se comporta como si estuviera dominado por un sentimiento de culpa del cual no sabe nada" (Freud, 1907, p. 123).

La tarea de la auto-observación proviene de la capacidad que tiene el superego para evaluar las actividades, sin importar el impulso del id en la tensión-reducción, e independientemente del ego, que también participa en la satisfacción de las necesidades. La formación de ideales está ligada al desarrollo del superego mismo. El superego no es, como suele creerse, una identificación con los padres ni con sus comportamientos. "El superego de un niño se construye en realidad con base en el modelo no de sus padres, sino del superego de éstos: el contenido es el mismo, convirtiéndose en el vehículo de la tradición y de todos los juicios de valor duraderos que se han propagado así de generación en generación" (Freud, 1933, p. 67).

Relaciones entre los tres subsistemas

La meta más importante de la psique es mantener —y recobrar cuando se ha perdido— un nivel aceptable de equilibrio dinámico que maximice los placeres y minimice las molestias. La energía utilizada para operar el sistema se origina en el id, que tiene una naturaleza primitiva e instintiva. El ego, que nace del id, existe para tratar en forma realista los impulsos básicos de este último; también sirve de intermediario entre las fuerzas que operan sobre el id y el superego y las exigencias de la realidad exterior.

El superego, que nace del ego, actúa como un freno o contra-fuerza moral para los intereses prácticos de éste, fijando una serie de pautas que definen y limitan su flexibilidad.

El id es totalmente inconsciente, el ego y el superego lo son parcialmente. "En verdad, grandes partes del ego y del superego pueden permanecer inconscientes; de hecho son normalmente inconscientes. Esto quiere decir que el individuo no sabe nada de su contenido y que se requiere un gran esfuerzo para hacerlo consciente de ellos" (Freud, 1933, p. 80).

Etapas psicosexuales del desarrollo

Cuando un infante se convierte en niño, el niño en adolescente y el adolescente en adulto, se efectúan grandes cambios en aquello que se desea y en la forma en que se satisfacen tales deseos. Las distintas formas de placer y las áreas físicas de satisfacción constituyen los elementos fundamentales en las descripciones que Freud hace de las etapas del desarrollo. Freud utiliza el término *fijación* para describir lo que ocurre cuando una persona no progresa normalmente de una

etapa a otra y permanece demasiado apegado a una etapa determinada. Una persona fijada en una etapa determinada preferirá satisfacer sus necesidades en formas más simples o infantiles y no en una forma más adulta que resultaría de un desarrollo normal.

Etapas oral

Desde el nacimiento, tanto las necesidades como su satisfacción se concentran primordialmente en los labios, en la lengua y, un poco más tarde, en los dientes. El impulso básico del infante no es social ni interpersonal, es simplemente tomar los alimentos, calmar las tensiones del hambre y de la sed. Durante la alimentación, el niño también es acariciado, mimado, mecido y consentido. Al principio, el niño asocia el placer y la reducción de la tensión con el proceso de la alimentación.

La boca es la primer área del cuerpo que el infante puede controlar; la mayor parte de la energía libidinal de que dispone es dirigida o enfocada a esta única área. A medida que el niño madura, se desarrollan otras áreas del cuerpo, convirtiéndose en importantes zonas de placer. Sin embargo, algo de esa energía queda permanentemente unida o investida por la catexia en los medios de satisfacción oral. En los adultos existen muchos hábitos orales bien desarrollados y un permanente interés por conservar los placeres orales. Comer, chupar, mascar, fumar, morder y lamer o chasquear los labios son expresiones físicas de estos intereses. Los que constantemente morderían algo, los fumadores o aquellos que suelen comer en exceso, pueden ser gente que ha quedado fijada parcialmente en la etapa oral, gente cuya maduración psicológica puede estar incompleta.

El final de la etapa oral, después de que han salido los dientes, incluye la satisfacción de los instintos agresivos. Morder el pecho, lo cual causa dolor a la madre y es lo que en realidad obliga al destete, es un ejemplo de esta clase de comportamiento. El sarcasmo, la burla y el chismorreo de los adultos se han considerado en relación con esta etapa del desarrollo.

Es normal retener cierto interés por los placeres orales, lo cual sólo se puede calificar de patológico cuando se trata de una forma dominante de satisfacción, es decir, si una persona depende en exceso de sus hábitos orales para calmar la ansiedad.

Etapas anal

A medida que el niño crece se van despertando nuevas áreas de tensión y satisfacción. Entre los dos y los cuatro años de edad, los niños aprenden generalmente a controlar el esfínter anal y la vejiga. El niño presta especial atención a la micción y a la defecación. El aprendizaje en el retrete despierta un interés natural por el auto-

descubrimiento. El desarrollo del control fisiológico se une al conocimiento de que ese control constituye una nueva fuente de placer. Por otra parte, los niños aprenden rápidamente que al tener un mayor nivel de control atraen más la atención y los elogios de sus padres. Lo contrario también es cierto: la preocupación de los padres por dicho aprendizaje permite al niño exigir atención, tanto por el control que haya logrado como por los "errores" que cometa.

Las características adultas que tienen relación con la fijación parcial en la etapa anal son la meticulosidad, la parsimonia y la obstinación. Freud observó que estos tres rasgos generalmente se encuentran juntos y nos hablan del "personaje anal", cuya conducta está íntimamente ligada a las experiencias sufridas durante esta época de la niñez.

Parte de la confusión que puede acompañar a la etapa anal es la aparente contradicción entre la alabanza y el reconocimiento demasiado pródigos, por un lado, y por el otro, la idea de que el comportamiento en el retrete es "sucio" y debe ser algo secreto. Al principio el niño no entiende que sus defecaciones y la orina no tienen valor. Los niños pequeños sienten gusto en observar la acción de la taza del inodoro cuando chorrea y a menudo hacen señas y dicen adiós a sus evacuaciones. No es raro que un niño ofrezca parte de su defecación a su padre o madre como regalo. Después de haber sido elogiado, el niño puede sorprenderse y aturdirse cuando los padres reaccionan disgustados ante el obsequio. Ningún área de la vida contemporánea está tan cargada de prohibiciones y tabúes como el área que se relaciona con el aprendizaje en el retrete y los comportamientos típicos de la etapa anal.

Etapas fálica

Apenas llega a los tres años de edad, el niño entra en la etapa fálica, la cual se concentra en las áreas genitales del cuerpo. Freud sostenía que esta etapa se caracteriza mejor como fálica, puesto que es el período en que el niño se da cuenta de que tiene pene o de que carece de él. Esta es la primera etapa en que el niño adquiere conciencia de las diferencias sexuales.

Las tesis de Freud respecto al desarrollo de la envidia de las niñas por el pene se han discutido ampliamente en los círculos psicoanalíticos y también fuera de ellos. (En el Apéndice hemos incluido un análisis completo de este controvertido aspecto de la teoría del psicoanálisis). De sus observaciones, Freud llegó a la conclusión de que, durante este período, hombres y mujeres desarrollan serios temores hacia los temas sexuales.

El deseo de un pene y la correspondiente comprobación de las niñas, en cuanto a su "carencia" de algo, es una coyuntura decisiva en el desarrollo femenino. De acuerdo con Freud: "El descubrimiento de

Otra característica de la sexualidad de la primera infancia consiste en que el órgano femenino todavía no juega ningún papel en ella —a su vez, el niño todavía no lo ha descubierto. Todo el énfasis recae en el órgano masculino y todo el interés se concentra en saber si está presente o no (Freud, 1926)

Si penetramos profundamente en las neurosis de las mujeres no es raro encontrarnos con el deseo reprimido de poseer un pene. (Freud, 1917)

que está castrada es un punto definitivo en el crecimiento de la niña. De ahí nacen tres posibles líneas de desarrollo: la primera lleva a la inhibición sexual y a la neurosis; la segunda a la modificación del carácter en el sentido del complejo de masculinidad y la tercera a la feminidad normal" (1933, p. 126).

Freud trató de comprender las tensiones que un niño experimenta cuando siente una emoción "sexual", es decir, un placer proveniente de la estimulación de las áreas genitales. Esa emoción está ligada en su mente con la íntima presencia física de sus padres. Para el niño, el anhelo por este contacto se vuelve cada vez más difícil de satisfacer; el niño lucha por la intimidad que sus padres comparten mutuamente. Esta etapa se caracteriza por el deseo que el niño tiene de acostarse con los padres y por los celos que siente respecto a la atención que sus padres se dispensan entre sí en lugar de presentársela a él.

Freud observó que, en este periodo, los niños reaccionan ante sus padres como si fueran amenazas potenciales para la satisfacción de sus necesidades. De esta manera, para el niño que desea estar cerca de su madre, el padre asume algunos de los atributos de un rival. Al mismo tiempo, el niño aun desea el cariño y el afecto de su padre, considerando a su madre como un rival. El hijo se encuentra en la insostenible posición de desear y temer a ambos padres.

En el caso de los niños, Freud denominó a esta situación complejo de Edipo, en relación con la tragedia de Sófocles. En la tragedia griega, Edipo mata a su padre (sin conocer su verdadera identidad) y después se casa con su madre. Cuando finalmente supo a quién había matado y con quién había contraído matrimonio, Edipo se desfigura arrancándose los ojos. Freud creía que cada niño revive un drama interior semejante: que desea poseer a su madre y mata a su padre para lograrlo. El también teme a su padre y teme ser castrado por él, reduciéndolo a la condición de un ser asexual e inofensivo. La ansiedad por la castración, el temor y el amor por su padre y el amor y el deseo sexual hacia su madre nunca se pueden resolver en forma total. En la infancia se reprime todo el complejo. Mantenerlo inconsciente, no permitir que se manifieste externamente, evitar incluso llegar a pensarlo o reflexionar sobre él: esto constituye algunas de las primeras tareas del superego en desarrollo.

El problema es similar para las niñas, pero su expresión y solución toma un giro diferente. Ellas desean poseer al padre y consideran a la madre como el rival principal. En tanto que los muchachos reprimen sus sentimientos debido en parte a su temor a la castración, la necesidad que las mujeres tienen de reprimir sus deseos es menos severa, menos total. La diferencia de intensidad permite a la mujer "permanecer en la situación de Edipo durante un tiempo indefinido. Ellas lo abandonan mucho más tarde en su vida y en forma incompleta" (Freud 1933, p. 129). (Para más información, ver el Apéndice.)

Sin importar cuál sea la forma que realmente tome la resolución de la lucha, la mayor parte de los niños parecen modificar el apego a sus padres en algún momento después de los cinco años de edad y orientan sus relaciones hacia otros niños, hacia las actividades escolares, hacia los deportes y hacia otras habilidades. Esta época, desde los cinco o seis años hasta el inicio de la pubertad, se conoce como *periodo de latencia*, época en la cual los deseos sexuales irresolubles de la etapa fálica, no son atendidos por el ego y son reprimidos exitosamente por el superego. "De ese momento en adelante, hasta la pubertad, viene el periodo denominado de latencia, en el cual normalmente la sexualidad no progresa; por el contrario, los apetitos sexuales pierden fuerza y gran parte de lo que el niño practicó o sabía anteriormente, deja de existir y se olvida. En este periodo, después de que el florecimiento inicial de la vida sexual se ha marchitado, surgen actitudes del ego tales como la vergüenza, la aversión y la moralidad, destinadas a hacer frente a las últimas tormentas de la pubertad y a dirigir el camino que deben tomar los deseos sexuales que acaban de despertar" (Freud, 1926, p. 216).

Etapas genitales

La etapa final del desarrollo biológico y psicológico tiene lugar con el inicio de la pubertad y el consecuente regreso de la energía libidinal a los órganos sexuales. En este momento, hombres y mujeres se dan cuenta de sus diferentes identidades sexuales y empiezan a buscar medios para satisfacer sus necesidades eróticas e interpersonales.

DINAMICA **Desarrollo psicológico** *Psicoanálisis*

La intención de Freud, desde sus primeros escritos, era tratar de comprender mejor aquellos aspectos de la vida mental que eran oscuros y aparentemente inalcanzables. Llamó psicoanálisis a la teoría y a la terapia. "El término psicoanálisis es el nombre (1) de un procedimiento para la investigación de los procesos mentales que, de otro modo, son casi inaccesibles, (2) de un método (basado en esa investigación) para el tratamiento de los trastornos nerviosos y (3) de una recopilación de información psicológica, obtenida a través de esas líneas, que se va acumulando gradualmente en una nueva disciplina científica" (Freud, 1923, p. 234).

El examen de los métodos del psicoanálisis y de sus principales procedimientos —la libre asociación y la transferencia— están más allá del alcance de este libro. La meta del psicoanálisis es liberar los materiales inconscientes, anteriormente inaccesibles, de tal manera

que se puedan tratar conscientemente. Freud creía que el material inconsciente permanecía inconsciente sólo con un gasto considerable y continuo de la libido. A medida que este material se vuelve accesible se va descargando energía que puede ser utilizada por el ego en actividades más saludables.

La descarga del material bloqueado puede minimizar las actitudes autodestructivas. La necesidad de ser castigado o la necesidad de sentirse incompetente se puede volver a evaluar, por ejemplo, trayendo a la conciencia aquellos actos o fantasías que condujeron a la necesidad. La persona puede entonces ser liberada del sufrimiento que en alguna forma ella misma se busca constantemente. Por ejemplo, muchos norteamericanos, si no es que la mayoría, creen que sus órganos sexuales no tienen el tamaño correcto: el pene es demasiado corto o bien demasiado delgado; los senos son demasiado fofos, demasiado pequeños, demasiado grandes o no están bien formados, etc. La mayor parte de estas creencias surgen durante la adolescencia o antes. Los residuos inconscientes de tales actitudes son visibles a través de las preocupaciones acerca de la idoneidad sexual, el deseo, la eyaculación precoz, la frigidez y una gran cantidad de síntomas relacionados. Si estos temores no expresados se exploran, se descubren y se calman, puede haber un aumento de energía sexual disponible y una disminución de la tensión general.

El psicoanálisis indica que es posible, pero difícil, llegar a un acuerdo en las repetidas exigencias del id. "El análisis trata de dejar al descubierto los complejos que han sido reprimidos a raíz de las sensaciones dolorosas relacionadas con ellos y que producen síntomas de resistencia cuando hay algún intento por traerlos a la conciencia". (Freud, 1906, p. 109). "Como sabemos, una de las tareas del psicoanálisis es levantar el velo de la amnesia que oculta los primeros años de la infancia y traer a la memoria consciente las expresiones de la vida sexual infantil que están escondidas detrás de ella". (Freud 1933, p. 28). De acuerdo con la descripción de Freud, las metas suponen que, si uno es liberado de las inhibiciones del inconsciente, el ego establece nuevos niveles de satisfacción en todas las áreas del funcionamiento.

Los sueños y el trabajo de los sueños

Escuchando las asociaciones libres de sus pacientes y también haciendo su propio autoanálisis, Freud empezó a escudriñar los informes y los recuerdos de los sueños. En la que se ha considerado su obra más importante, *La interpretación de los sueños* (1900), describe cómo éstos ayudan a la psique a protegerse y satisfacerse. La vida diaria está llena de obstáculos incesantes y deseos insatisfechos. Los sueños son un equilibrio parcial, somática y psicológicamente. Freud dice que, biológicamente, la función de los sueños es permitir que el

dormir continúe imperturbable. Soñar es una forma de canalizar los deseos insatisfechos a través del consciente sin despertar el cuerpo físico. "Una estructura de pensamientos, casi siempre muy complicada, que comenzó a construirse durante el día y que no se completó —un remanente del día— sigue firmemente adherida, aun durante la noche, a la energía que ha asumido... y entonces amenaza con perturbar el dormir. Este remanente del día es transformado en sueño por el trabajo onírico y de esta manera se vuelve inofensivo en el momento de dormir". (Freud, 1905; en Fodor, 1958, pp. 52-53).

Más importante que el valor biológico de los sueños son los efectos psicológicos del *trabajo del sueño*. El trabajo del sueño está constituido por "la totalidad de las operaciones que transforman la materia prima del sueño —estímulos corporales, residuos del día, ensueños— de tal manera que produce el sueño verdadero" (LaPlanche y Pontalis, 1973, p. 125). El sueño no simplemente aparece, sino que se desarrolla para satisfacer necesidades específicas, aunque éstas no estén claramente descritas por el contenido evidente del sueño.

Casi todo sueño se puede entender como *el cumplimiento de un deseo*. El sueño es una vía opcional para satisfacer los deseos del id. Mientras se está despierto, el ego se esfuerza en proporcionar placer y reducir la falta de éste. Durante el sueño, las necesidades no satisfechas se seleccionan, se combinan y se ordenan de tal manera que las secuencias del sueño permiten más satisfacción o reducción de la tensión. Para el id no tiene importancia si la satisfacción se presenta en la realidad sensorial física o en la realidad onírica interna imaginaria. En ambos casos, la energía acumulada se descarga.

Muchos sueños parecen no ser satisfactorios; algunos son depresivos, algunos perturban, algunos asustan y muchos sencillamente confunden. Muchos sueños parecen ser la evocación de eventos pasados, mientras que algunos parecen proféticos. A través del análisis detallado de muchos sueños y de su vinculación con los sucesos de la vida del que sueña, Freud pudo demostrar que el trabajo del sueño es un proceso de selección, distorsión, transformación, inversión, desplazamiento y otras modificaciones, de un deseo original.

Tales cambios convierten el deseo original en algo aceptable para el ego, aun en el caso de que el sueño no modificado sea totalmente inaceptable para la conciencia despierta. Freud nos habla de la permisibilidad de los sueños, gracias a la cual nos permitimos acciones que exceden evidentemente las restricciones morales que se nos imponen cuando estamos despiertos. Durante el sueño, matamos, golpeamos, destruimos a los enemigos, a los parientes o a los amigos; tenemos relaciones sexuales, llevamos a cabo actos perversos y tomamos como compañeros, para tales actos sexuales, a una gran diversidad de personas. En los sueños, combinamos personas, lugares y situaciones que resultarían imposibles en el mundo despierto.

Los sueños deben ser comparados con los sonidos irregulares que provienen de un instrumento musical que ha hecho sonar alguna fuerza exterior y no la mano del artista; ellos tienen sentido, no son cosas absurdas; ellos implican que una parte de nuestro depósito de ideas está dormida mientras que otra parte comienza a despertar. Por el contrario, se ven fenómenos psíquicos que tienen una completa validez: el cumplimiento de los deseos. Se pueden incluir en una cadena de actos mentales inteligibles del despertar; son construidos por una actividad altamente complicada en la mente. (Freud 1900)

Los sueños son reales mientras duran: ¿podemos decir lo mismo de la vida? (Havelock Ellis)

Un sueño es entonces una psicosis con todos los absurdos, engaños e ilusiones de una psicosis. Indudablemente, es una psicosis que tiene sólo una corta duración, que es inofensiva e incluso desempeña una función útil que se lleva a cabo con el consentimiento del sujeto y se completa con un acto de su voluntad. (Freud, 1940)

Los sueños son los verdaderos intérpretes de nuestras inclinaciones, pero se necesita arte para seleccionarlos y entenderlos. (Montaigne, 1553-1592, *Ensayos*)

El sueño es una forma de satisfacer deseos que durante el día no se han satisfecho o no se pueden satisfacer. Los "residuos del día", que forman el contenido verdadero de un sueño, sirven como estructura de la satisfacción latente o los deseos ocultos. Los sueños ponen fin, por lo menos en dos niveles, a los incidentes actuales que no se han resuelto o que son parte de patrones más amplios y antiguos que nunca han sido resueltos.

Una repetición de los sueños puede ocurrir cuando algún acontecimiento origina durante el día el mismo tipo de ansiedad que los causó por primera vez. Por ejemplo, una mujer de sesenta años, felizmente casada y de gran actividad, todavía sueña, de vez en cuando, que va a presentar un examen en el colegio. Llega al salón de clases, pero está vacío. El examen ya terminó, llegó tarde. Ella tiene este sueño cuando se angustia con alguna dificultad presente y, sin embargo, su ansiedad no se relaciona con el colegio ni con los exámenes, a los cuales dejó atrás hace muchos años.

Los sueños tratan de cumplir los deseos, pero no siempre tienen éxito. "Bajo ciertas condiciones, el sueño sólo puede lograr su objetivo de una manera muy incompleta o tiene que abandonarlo por completo; una fijación inconsciente en el trauma parece encabezar la lista de estos obstáculos para las funciones de los sueños" (Freud, 1933, p. 29).

Dentro del contexto del psicoanálisis, el médico ayuda al paciente a interpretar los sueños para facilitar la recuperación del material inconsciente. Freud hizo ciertas generalizaciones sobre diferentes clases de sueños (por ejemplo, los sueños con caídas, con vuelos, con fuego o nadando), pero deja en claro que, para cualquier caso específico, pueden no ser válidas las reglas generales y que las asociaciones del individuo, en sus propios sueños, son más importantes que cualquier conjunto de reglas, concebido de antemano para su interpretación.

Los críticos de Freud suelen insinuar que exageró la interpretación de los componentes sexuales de los sueños para ajustarlos a su teoría general. La respuesta de Freud es clara: "Nunca he sostenido la afirmación, que se me atribuye con frecuencia, de que la interpretación de los sueños demuestra que todos los sueños tienen un contenido sexual o que provienen de fuerzas de motivación sexual" (Freud, 1925, p. 47). Lo que él subrayaba era que los sueños no ocurrían por azar o por accidente, sino que eran una forma de satisfacer los deseos insatisfechos. Otros teóricos, inclusive Jung y Perls, que no aceptaron las interpretaciones de Freud, se manifestaban en deuda con él por haber sido el primero en descifrar e interpretar la función de los sueños.

Sublimación

La sublimación es el proceso por el cual la energía dirigida inicialmente hacia fines sexuales o agresivos es redirigida hacia nuevas metas, frecuentemente artísticas, intelectuales o culturales. La sublimación se ha denominado "defensa del éxito" (Fenichel, 1945). La energía original podría considerarse como un río que se desborda y destruye casas y haciendas. Para evitar esto se construye un dique. Se evitan más destrucciones, pero aumenta cada vez más la presión detrás del dique y hay la amenaza inminente de una catástrofe peor si el dique se revienta. La sublimación es la construcción de canales de desviación que, a su vez, también pueden utilizarse para generar energía eléctrica, irrigar terrenos que eran áridos, crear parques y explorar otras oportunidades de diversión. La energía original del río ha sido desviada exitosamente por canales socialmente aceptables y culturalmente justificados.

A la energía sublimada se debe lo que llamamos civilización. Freud sostiene que la enorme energía y complejidad de la civilización es el resultado del impulso fundamental para hallar avenidas aceptables y suficientes para la energía reprimida. La civilización estimula la trascendencia de los impulsos originales y, en algunos casos, los fines alternativos pueden resultar más satisfactorios para el id que la satisfacción de las necesidades originales.

Una vez sublimada, la energía reduce los impulsos originales. Esta transformación "pone cantidades extraordinariamente grandes de fuerza a disposición de la actividad civilizada, lo cual hace en virtud de su característica especialmente notoria de poder desplazar su meta sin disminuir materialmente su intensidad" (Freud, 1908, p. 187).

Las fuerzas que pueden utilizarse para actividades culturales se obtienen, en gran medida de la supresión de lo que se conoce como los elementos perversos de la excitación sexual (Freud, 1908)

Obstáculos para el desarrollo

Ansiedad

El mayor problema de la psique es buscar la forma de hacer frente a la ansiedad. La ansiedad es desatada por un aumento de la tensión o por el disgusto esperado o previsto; se puede desarrollar en cualquier situación (real o imaginaria) cuando la amenaza que se ciñe hacia alguna parte del cuerpo o de la psique es demasiado grande para hacer caso omiso de ella o para dominarla o liberarla.

Los prototipos de situaciones que causan ansiedad incluyen:

1. La pérdida de un objeto deseado. Por ejemplo, un niño que pierde a uno de sus padres, a un amigo íntimo o a su animal preferido.
2. La pérdida del amor. Por ejemplo, el rechazo, el fracaso en recuperar el amor o la aprobación de alguien que le interesa a uno.

3. La pérdida de la identidad. Por ejemplo, los temores de castración, el desprestigio, el ridículo en público.
4. La pérdida del amor hacia uno mismo. Por ejemplo, la desaprobatión, por parte del superego, de actos o características que producen culpabilidad u odio hacia uno mismo.

La amenaza de estos y de otros eventos causa la ansiedad. Existen dos medios generales para disminuirla. El primero es afrontar la situación directamente. Resolvemos los problemas, vencemos los obstáculos, afrontamos o nos alejamos de las amenazas y arreglamos el problema para minimizar su impacto. Esta es la forma en que trabajamos para eliminar las dificultades y disminuir el riesgo de su recurrencia, aminorando así la perspectiva de más ansiedad en el futuro. Según palabras de Hamlet: "alzamos lo brazos contra un mar de dificultades y al hacerles frente las acabamos".

El enfoque alternativo se defiende de la ansiedad, deformando o negando la situación misma. El ego protege a toda la personalidad contra la amenaza, falseando la naturaleza de la amenaza. Las diversas maneras en que se llevan a cabo las deformaciones se llaman *mecanismos de defensa*.

Mecanismos de defensa

Los principales mecanismos de defensa, "patógenos", que vamos a describir son la represión, la negación, la racionalización, la formación de reacciones, el aislamiento, la proyección y la regresión (A. Freud, 1936, Fenichel, 1945). La sublimación, de la cual ya hablamos, es una defensa satisfactoria que realmente disuelve y elimina la tensión. Todas las demás defensas bloquean la expresión directa de las necesidades instintivas. Si bien es cierto que cualquiera de estos mecanismos puede hallarse en los individuos sanos, su presencia generalmente indica la posibilidad de síntomas neuróticos.

Represión. "La esencia de la represión consiste simplemente en desviar cualquier cosa y mantenerla a cierta distancia de lo consciente" (Freud, 1915, p. 147). La represión obliga a alejar de la conciencia todo suceso, idea o percepción que pueda ser un provocador potencial de ansiedad, evitando así cualquier posible disolución. Desafortunadamente, el elemento reprimido sigue formando parte de la psique, aunque inconsciente sigue siendo un problema. "La represión nunca se llevó a cabo de una vez por todas, sino que requiere un gasto constante de energía para mantenerla, en tanto que lo reprimido trata constantemente de buscar una salida" (Fenichel, 1945, p. 150). Se ha descubierto que los síntomas histéricos a menudo se han originado en una represión anterior. Algunas dolencias psicósomáticas

como el asma, la artritis y las úlceras, pueden estar ligadas a la represión. La excesiva lasitud, las fobias y la impotencia o la frigidez también pueden ser una consecuencia de los sentimientos reprimidos. Por ejemplo, si uno tiene sentimientos ambivalentes muy intensos en relación con el padre, uno puede demostrarle amor y al mismo tiempo desear que estuviera muerto. El deseo de su muerte, las fantasías inherentes y los sentimientos de culpabilidad y vergüenza que de allí resultan, podrían todos ser inconscientes, pues tanto el ego como el superego encontrarían inaceptable la idea. En el momento en que el padre muriese, dicho complejo estaría más inflexiblemente reprimido. Admitir los sentimientos significaría para el superego que uno experimenta placer con su muerte, lo cual es aún más inaceptable que el resentimiento u hostilidad original. En una situación así uno podría no sentirse afectado o conmovido por su muerte y la represión retendría la verdadera aflicción y la verdadera pérdida, así como nuestra hostilidad inexpresable.

Negación. La negación consiste en tratar de no aceptar como real un evento que perturba al ego. Los adultos tienen la tendencia a "soñar despiertos", creen que determinados hechos no lo son, que no sucedieron en la realidad. Este escape hacia la fantasía puede tomar muchas formas, algunas de las cuales parecerán absurdas a los ojos del observador objetivo. La siguiente historia sirve de ejemplo para explicar la negación.

Una mujer fue llevada ante la corte a solicitud de su vecino, quien la acusaba de haber tomado y estropeado un florero de gran valor. Cuando la mujer tuvo oportunidad de defenderse, su defensa fue triple y dijo: "En primer lugar, nunca le pedí prestado el florero; en segundo lugar, ya estaba quebrado cuando lo tomé y finalmente, su señoría, yo lo devolví en perfectas condiciones."

La notable capacidad de recordar hechos en forma incorrecta es la forma de negación que podemos encontrar con más frecuencia en la psicoterapia. El paciente recuerda con gran exactitud la versión de un incidente y luego, en el último momento, puede recordarlo en forma diferente y de pronto darse cuenta de que la primera versión era simplemente un invento para su defensa.

Freud no dijo que sus observaciones fueran totalmente originales. En realidad cita las observaciones que Darwin y Nietzsche hicieron sobre ellos mismos (1901, p. 148). Darwin anotaba en su autobiografía:

Durante años había seguido una regla de oro, a saber: siempre que me encontraba con algún hecho publicado, con una nueva observación o idea que se opusiera a mis resultados generales, escribía un memorando en forma inmediata e indefectible, pues había descubierto por experiencia que

Si obligamos al ego a admitir su debilidad, estallará en ansiedad: una ansiedad realista al contemplar la faz del mundo exterior; una ansiedad moral frente al superego y una ansiedad neurótica frente a la fuerza de las pasiones del id. (Freud, 1933)

tales hechos e ideas eran mucho más propensos a escapar de la memoria que los favorables.

Nietzsche comentaba un aspecto diferente del mismo proceso:

"Yo hice eso", dice mi memoria. "Es imposible que yo lo haya hecho", dice mi orgullo y permanece inexorable. Finalmente, mi memoria cede.

Racionalización. La racionalización es el proceso de encontrar razones aceptables para los pensamientos o acciones inaceptables. Es un proceso por el cual una persona presenta una explicación lógicamente coherente con o éticamente aceptable para una actitud, acción, idea o sentimiento que surge de otras fuentes de motivación. Lo utilizamos para justificar nuestra conducta cuando en realidad las razones de nuestros actos no son loables. Las siguientes afirmaciones podrían considerarse racionalizaciones; las frases entre paréntesis constituyen las posibles razones inexpresadas:

1. "Hago esto por su propio bien" (yo quiero hacerle esto. No quiero que me lo hagan a mí. Incluso deseo que usted sufra un poquito).
2. "El experimento era una continuación lógica de mi trabajo anterior" (al principio era un error, pero afortunadamente tuvo éxito).
3. "Creo que estoy enamorado de usted" (Me siento atraído por su cuerpo; quiero que usted se relaje y se sienta atraído por el mío).

La racionalización es una manera de aceptar la presión del superego; disfraza nuestros motivos volviendo moralmente aceptables nuestras acciones. Siendo un obstáculo para el crecimiento, impide que la persona que racionaliza, o cualquier otra persona, trabaje y acepte las fuerzas motivacionales genuinas y menos recomendables. Observada desde fuera como en la siguiente historia de Idries Shah, parece una substitución de lo obvio.

QUESO POR ELECCION

"Yo he decidido", dijo el ratón, "que me gusta el queso. A tan importante decisión, sobra decirlo, no se puede llegar sino después de un periodo suficiente de cuidadosa deliberación. No se puede negar la atracción inmediata, indefiniblemente estética de la substancia. Pero esto de por sí es posible sólo para el tipo de individuo más refinado. Por ejemplo, la brutal zorra carece de toda discriminación de los sentidos inclusive para acercarse al queso.

"En la elección hay otros factores no menos susceptibles al análisis racional: que es, naturalmente, como debe ser.

"El color atractivo, la textura conveniente, el peso adecuado, las formas interesantemente distintas, los lugares de ocurrencia relativamente numerosos, una buena facilidad de digestión, una relativa abundancia de variedades en el contenido nutritivo, la disponibilidad inmediata, la gran facilidad de transporte, la ausencia total de efectos secundarios: estas cosas y miles de factores, más fácilmente definidos, son una gran prueba de mi buen sentido y profunda perspicacia, la cual pongo en práctica conscientemente para hacer esta sabia y deliberada elección." (1972, p. 138)

Formación reactiva. Este mecanismo substituye las conductas o sentimientos que se oponen diametralmente al deseo real; es una inversión del deseo, explícita y generalmente inconsciente.

Al igual que otros mecanismos de defensa, las formaciones reactivas se desarrollan primeramente en la infancia. "Cuando un niño se da cuenta de las emociones sexuales que no se pueden satisfacer, las 'excitaciones' sexuales evocan fuerzas mentales opuestas que, a fin de suprimir esta falta de placer en forma efectiva, levantan los diques mentales del disgusto, la vergüenza y la moralidad" (Freud, 1905a, p. 178). No solamente se reprime la idea original, también se excluye de la conciencia cualquier vergüenza o reproche de uno mismo que pueda nacer al admitir tales pensamientos.

Desafortunadamente, los efectos colaterales de la formación reactiva pueden perjudicar las relaciones sociales. Las principales características de identificación de la formación reactiva son su excesividad, su rigidez y su extravagancia. El impulso que se niega debe ser disfrazado una y otra vez.

La siguiente carta fue escrita, a un investigador, por un antiviviseccionista. Constituye el ejemplo claro de un sentimiento —la compasión hacia todos los seres vivientes— utilizado para disfrazar otro sentimiento: el impulso de dañar y torturar.

Leí (un artículo de revista)... su trabajo sobre el alcoholismo... estoy sorprendido de que alguien tan bien educado, como debe ser usted, para mantener la posición que tiene llegue a un abismo tal como es torturar gatitos indefensos tratando de buscar una cura para los alcohólicos... Un borracho no quiere ser curado: un borracho es sencillamente un idiota pusilánime que pertenece al arroyo adonde hay que dejarlo. En lugar de torturar a los indefensos gatitos, por qué no tortura a los borrachos o mejor dirige sus esfuerzos supuestamente nobles a conseguir la aprobación de una ley para exterminarlos... Mi deseo más vehemente es que encuentre en su casa una tortura que sea mil veces más grande comparada con la que ha usado y usa con los animalitos... Si usted es un ejemplo de lo que debe ser un psiquiatra de renombre, yo estoy feliz de ser simplemente un ser humano cualquiera, sin títulos que adornen mi nombre. Prefiero ser lo que soy con la conciencia clara de saber que no he lastimado a ninguna criatura viviente, y de poder dormir sin estar viendo gatos que mueren asustados, atemorizados, pues sé que ellos deben morir una vez que usted ha terminado sus experimentos. No hay ningún castigo lo suficientemente cruel para

La persona que ha construido formaciones de reacción no desarrolla ciertos mecanismos de defensa que se utilizan cuando amenaza algún peligro instintivo; ha cambiado la estructura de su personalidad como si este peligro estuviera continuamente presente, de tal forma que pueda estar preparado cada vez que haya peligro. (Fenichel, 1945)

usted y espero vivir para leer la noticia de su cuerpo mutilado y de sus largos padecimientos antes de morir: entonces me reiré por largo rato y muy estrepitosamente. (Masserman, 1961, p. 38)

La formación reactiva puede ser evidente en cualquier comportamiento excesivo. El ama de casa que continuamente asea su hogar puede estar, en realidad, concentrando su conciencia en la acción de estar entre la mugre y de estar examinándola. El padre o la madre que no puede soportar su enojo con los hijos "puede intervenir tanto en la vida de ellos, con el pretexto de estar preocupado por su bienestar y seguridad, que la sobreprotección viene a ser realmente una forma de castigo" (Hall, 1954, p. 93). La formación reactiva disfraza partes de la personalidad y restringe la capacidad de la persona para responder a los acontecimientos que se le presentan; la personalidad puede volverse relativamente inflexible.

Proyección. El acto de atribuir a otra persona, animal u objeto, las cualidades, sentimientos o intenciones que se originan en uno mismo, se llama *proyección*. Se trata de un mecanismo de defensa, mediante el cual los aspectos de la propia personalidad se desplazan dentro del individuo hacia el medio exterior. Se trata a la amenaza como si fuera una fuerza externa. En consecuencia, una persona puede manejar los sentimientos reales, pero sin admitir o saber que la idea o conducta temida le pertenece. Las siguientes afirmaciones podrían ser proyecciones; la afirmación entre paréntesis podría constituir el sentimiento real inconsciente:

1. "El deseo de todos los hombres y mujeres es uno sólo" (yo pienso mucho en el sexo).
2. "Nunca se puede confiar en un gachupín/negro/indio/universitario/mujer/cura". (A veces quiero sacar ventaja injusta de los demás).
3. "Me atrevería a decir que usted está molesto conmigo" (yo estoy molesto con usted).

Siempre que caractericemos algo de "ahí afuera" como malo, peligroso, pervertido, etc., sin reconocer que tales características también podrían aplicarse a nosotros mismos, es probable que estemos proyectando. Es igualmente cierto que, cuando consideremos que los demás son poderosos, atractivos, capaces, etc., sin apreciar las mismas cualidades en nosotros mismos, también estaremos proyectando. La variable decisiva en la proyección es que no veamos en nosotros mismos lo que parece vivo y obvio en los demás.

Las investigaciones sobre la dinámica del prejuicio han demostrado que la gente que trata de estereotipar a los demás, también revela un poco, en ello, sus propios sentimientos. Las personas que

niegan tener un rasgo específico de la personalidad se vuelven más críticas de ese rasgo cuando lo ven o lo proyectan en los demás (Sears, 1936).

Aislamiento. El aislamiento es la forma de separar, del resto de la psique, las partes de una situación que suscitan ansiedad. Es el acto de atajar dicha situación de tal manera que haya poca o ninguna reacción emocional relacionada con el suceso.

El resultado es que cuando una persona discute problemas que han sido aislados del resto de la personalidad, los eventos vuelven a ser contados sin ningún sentimiento, como si le hubieran ocurrido a una tercera persona. Este árido enfoque puede llegar a ser el estilo dominante de enfrentarse a los problemas. Una persona puede retraerse más y más en las ideas, teniendo cada vez menos contacto con sus propios sentimientos.

Los niños pueden representar esta situación al dividir sus identidades en aspectos malos y buenos. Ellos pueden tomar un animal de juguete y hacerlo decir y ejecutar toda clase de cosas prohibidas. La personalidad del animal puede ser tiránica, ruda, sarcástica e irracional. Un niño puede exhibir, a través de un animal, la conducta que sus padres no le permitirían en circunstancias normales.

El estudio de Freud sobre el aislamiento señala que el prototipo normal de aislamiento es el pensamiento lógico, que también trata de desprender el contenido de la situación emocional en que se encuentra. El aislamiento es un mecanismo de defensa sólo cuando se usa para proteger al ego de aceptar los aspectos que producen ansiedad, en las situaciones o relaciones.

Regresión. La regresión es el retorno a un nivel anterior de desarrollo o a una forma de expresión más simple y más infantil. Es la manera de calmar la ansiedad, alejándose del pensamiento real hacia actitudes que en años anteriores redujeron la ansiedad. Linus, en la tira cómica de Charlie Brown, siempre regresa a un espacio psicológico seguro cuando está bajo tensión: se siente seguro cuando sostiene su frazada.

La regresión es la forma más primitiva de enfrentarse a los problemas. Si bien reduce la ansiedad, a menudo deja sin resolver la fuente de la ansiedad inicial. La extensa lista de conductas regresivas que elaborara Calvin Hall nos da la oportunidad de ver si allí se incluyen algunas de nuestras propias conductas.

Aun las personas con buena salud y bien adaptadas hacen, de vez en cuando, regresiones con el fin de reducir la ansiedad o, como suele decirse, para desfogarse. Fuman, se emborrachan, comen demasiado, pierden la paciencia, se muerden las uñas, se masturban, leen cuentos de misterio, van al cine, hacen prácticas sexuales inusitadas, mascan chicle y tabaco, se

visten como niños, conducen su auto rápida y temerariamente, creen en los espíritus buenos y malos, duermen la siesta, luchan y se matan entre sí, apuestan a los caballos, sueñan despiertos, se rebelan o se someten a las autoridades, juegan, se componen delante del espejo, se dejan llevar por sus impulsos, se vuelven víctimas propiciatorias y hacen mil y una cosas más, propias de los niños. Algunas de estas regresiones son tan comunes que se consideran como signos de madurez. En realidad, todas son formas de regresión que utilizan los adultos. (1954, p. 95-96)

Resumen de los mecanismos de defensa. Las defensas que aquí se han descrito son medios que la psique tiene para protegerse de las tensiones internas y externas. Las defensas evitan la realidad (represión), la excluyen (negación), vuelven a definirla (racionalización) o la invierten (formación reactiva). Sacan los sentimientos interiores al mundo exterior (proyección), dividen la realidad (aislamiento) o se alejan de ella (regresión). En todos los casos se necesita energía libidinal para mantener la defensa, limitando efectivamente la flexibilidad y la fuerza del ego. "Limitan la energía psicológica que se podría usar en actividades más efectivas del ego. Cuando una defensa se vuelve muy poderosa, domina el ego y reduce su flexibilidad y su adaptabilidad. Finalmente, si las defensas no se mantienen firmes, el ego no tiene nada a qué recurrir y es agobiado por la ansiedad" (Hall, 1954, p. 96).

ESTRUCTURA

El cuerpo

Como se puede deducir de todo lo anterior, Freud enfocó la personalidad desde el punto de vista del cuerpo físico. Los impulsos básicos tienen un origen somático; la energía libidinal es un derivado de la energía física; las respuestas a la tensión determinan las conductas física y mental. La excitación y la relajación instintivas existen en un límite indefinido entre lo orgánico y lo mental.

El objetivo primario de la energía libidinal se cumple a través de las diferentes formas de expresión sexual. Las funciones corporales más críticas están ligadas a la expresión sexual y a su diferenciación. La madurez total proviene de la sexualidad genital total. Una de las mayores aportaciones de Freud consistió en volver a despertar a su generación hacia la primacía del cuerpo como centro del funcionamiento de la personalidad.

Las relaciones sociales

Las interacciones y relaciones de los adultos están muy influidas por las primeras experiencias de la infancia. Las primeras relaciones, las que ocurren en el seno de la familia, son las definitivas; todas las

relaciones posteriores se refieren a las diferentes maneras en que dichas relaciones se formaron y mantuvieron. Los patrones fundamentales madre-hijo, padre-hijo y niño-hermano son los prototipos con los cuales se miden inconscientemente los encuentros posteriores. Las relaciones posteriores son, hasta cierto grado, recapitulaciones de la dinámica, las tensiones y las gratificaciones que tuvieron lugar dentro de la familia original.

Las elecciones que hacemos en el transcurso de nuestra vida —de nuestros novios, amigos, jefes y aun de nuestros enemigos— se derivan de los lazos entre el padre o la madre y el hijo. Las rivalidades naturales se recapitulan en nuestro papel sexual y en nuestra forma de acomodar las exigencias de los demás. Una y otra vez desarrollamos la dinámica iniciada en nuestros hogares, escogiendo, con frecuencia, como compañeras, a las personas que reviven en nosotros los aspectos no resueltos de nuestras primeras necesidades. Para algunos, éstas son elecciones conscientes, para otros esto se lleva a cabo pasando por alto la dinámica subyacente.

Las personas huyen de este aspecto de la teoría de Freud, pues sugiere que nuestras elecciones para el futuro están previamente delineadas. El problema se torna hacia la interrogante acerca de hasta qué punto la experiencia infantil determina las elecciones del adulto. Por ejemplo, un periodo crítico en el desarrollo de las relaciones tiene lugar en la etapa fálica, cuando ambos sexos se enfrentan por primera vez a sus crecientes sentimientos eróticos hacia los padres y a la consiguiente incapacidad para satisfacer tales impulsos. Sin embargo, aunque se hayan resuelto las consiguientes complicaciones edípicas, esta dinámica continúa afectando las relaciones posteriores.

Las relaciones están construidas sobre una base de efectos residuales de experiencias tempranas intensas. Los patrones de las citas amorosas del adolescente, del hombre joven y del hombre adulto, así como los de la amistad y el matrimonio, son una readaptación de las facetas no resueltas en los comienzos de la infancia.

La voluntad

La voluntad nunca fue para Freud un tema de mucha importancia. En una de sus primeras obras (1894) decía que era a través de un esfuerzo de la voluntad como se podían reprimir los sucesos que provocan ansiedad, aunque la represión no siempre era totalmente exitosa. "Por lo menos en algunos casos, los pacientes mismos nos informan que sus fobias u obsesiones aparecieron por primera vez después de que el esfuerzo de la voluntad parecía haber tenido éxito en su objetivo. 'Algo muy desagradable me sucedió una vez e hice todo lo posible por alejarlo de mí y nunca más volver a recordarlo. Al final tuve éxito, pero luego tuve esta otra cosa (obsesión) de la

Los psicólogos todavía no han entendido bien la naturaleza de total inclusividad que tiene la energía sexual. En realidad, el término mismo, de energía reproductiva o sexual, no es apropiado. La reproducción no es sino uno de los aspectos de la energía vital, de la cual el otro teatro de actividad es el cerebro. (Gopi Krishna, 1974)

El psicoanálisis es la primera psicología que toma seriamente todo el cuerpo humano como un lugar para vivir... El psicoanálisis es profundamente biológico... (Le Barre, 1968)

cual no me he podido escapar desde entonces' " (Freud, 1894, pp. 52-53).

En los casos de obsesiones agobiantes, el paciente puede experimentar una "parálisis" de la voluntad. Es posible que la persona no quiera o no pueda tomar ninguna decisión importante porque se encuentra aprisionada entre una excesiva necesidad de aprobación y el temor de ser impugnada o amenazada.

Un psicoanalista posterior ha ampliado la teoría del psicoanálisis hasta dar una descripción más completa de la voluntad (Farber, 1966), pero no ha despertado ningún interés teórico importante dentro del movimiento psicoanalítico.

Las emociones

Lo que Freud descubrió, en una época que había rendido culto a la razón y había negado el valor y el poder de la emoción, fue que nosotros no somos originalmente animales racionales, sino que somos impulsados por fuerzas emocionales poderosas, cuyo origen es desconocido. Las emociones son la vía por donde libera la tensión y la valoración del placer. Las emociones también pueden servir al ego ayudándole a que evite traer a la consciencia ciertos recuerdos o situaciones. Por ejemplo, las reacciones emocionales fuertes pueden estar ocultando, en realidad, un trauma de la infancia. Una reacción de fobia evita efectivamente que una persona se aproxime a un objeto o clase de objetos que pudieran reavivar una fuente de ansiedad más peligrosa.

Fue justamente a través de la observación de las respuestas emocionales, y de sus expresiones apropiadas e inapropiadas, como Freud encontró pistas que se convirtieron en la clave para descubrir y entender las fuerzas motivacionales dentro del inconsciente.

El intelecto

El intelecto es una de las herramientas de que dispone el ego. La persona con más libertad es aquella capaz de usar la razón cuando es oportuno y cuya vida emocional está abierta a la inspección consciente. Una persona así no es manejada por los residuos no satisfechos de eventos pasados, sino que puede responder directamente a cada situación, equilibrando sus preferencias individuales frente a las restricciones impuestas por la cultura.

La fuerza emocional más notable y probablemente más vigorosa de Freud era su pasión por la verdad y su inflexible fe en la razón; para él, la razón era la única habilidad humana que podía ayudarlo a resolver el problema de la existencia o por lo menos a mitigar el sufrimiento que es inherente a la vida humana.

Para Freud, en relación con la época en que escribió, la imagen de la humanidad que se levantaba por encima de sus limitaciones animales constituía una aspiración respetable e inobjetable. La obra de Freud puso de manifiesto las profundas capas de la personalidad; nosotros ya no adscribimos tan fuertemente su fe en el predominio de la razón.

Freud se dio cuenta de que cualquier aspecto de la existencia inconsciente, que surgiera dentro de la luz de lo consciente, podía manejarse racionalmente. "Donde esté el id, dejad que el ego esté" (Freud, 1933, p. 80). Donde quiera que dominen los impulsos instintivos irracionales, dejemos que el ego los ponga de manifiesto, los modere y los domine. Si el impulso original no ha de suprimirse, es deber del ego inventar, utilizando el intelecto, medios seguros y suficientes para saciarlo. El empleo del intelecto depende totalmente de la capacidad y fuerza del ego. Si éste es débil, el intelecto puede convertirse en un medio para apoyar esa debilidad; si el ego es fuerte, el intelecto ayuda e instiga ese mismo vigor.

El yo (self)*

El yo es el ser total: el cuerpo, los instintos, los procesos conscientes e inconscientes. Un yo independiente del cuerpo o desprendido de él no tiene lugar en los postulados biológicos de Freud. Cuando surgieron las interrogantes metafísicas de esta naturaleza, Freud afirmó que no eran de su incumbencia como científico.

El terapeuta/La terapia

Nos hemos ocupado, principalmente, de la teoría general de la personalidad de Freud. Sin embargo, él mismo participó en las aplicaciones prácticas de su obra: la práctica del psicoanálisis. El objeto del psicoanálisis es ayudar al paciente a determinar el mejor nivel posible del funcionamiento del ego, dados los inevitables conflictos que tienen origen en el ambiente externo, en el superego y en las implacables exigencias instintivas del id. Kenneth Colby, un ex-analista de entrenamiento, describe así la finalidad del proceso analítico:

Al hablar de la finalidad de la psicoterapia solemos tropezar con el término "curación", el cual necesita definirse. Si por "curación" entendemos el alivio de las actuales dificultades neuróticas del paciente, entonces esa es ciertamente nuestra finalidad. Si por "curación" entendemos nuestra liberación definitiva del conflicto emocional y de los problemas psicológicos,

* N del E. Como veremos más adelante, la palabra "self" es de difícil traducción. A partir del capítulo dos lo llamaremos "sí mismo" para una mejor identificación, pero en el caso de Freud se conoce más como "yo".

La razón, según creí Freud, es la única herramienta —o arma— que tenemos para dar sentido a la vida, para dejar a un lado las ilusiones... para independizarnos de las autoridades encadenantes y asentar así nuestra propia autoridad. (Fromm, 1959)

esa no puede ser entonces nuestra finalidad. Así como una persona puede sufrir neumonía, una fractura y diabetes durante toda su vida y necesitar un medicamento especial y un tratamiento específico para cada una de estas condiciones; de la misma manera, alguna otra persona puede experimentar, en épocas diferentes, depresión, inapetencia y fobia, cada una de las cuales requiere de la psicoterapia cuando surge alguna de estas condiciones. Nuestra meta es tratar los problemas que se presenten, con la esperanza de que el trabajo vigorice al paciente contra dificultades neuróticas posteriores, pero sabiendo que la terapia no puede garantizar una profilaxis psicológica. (1951, p. 4)

¿Qué formación se necesita para llegar a ser un psicoanalista? Al principio, Freud era optimista en el sentido de que todos aquellos que desearan practicar el psicoanálisis podrían trabajar en sí mismos, estudiando su propia producción inconsciente, especialmente sus sueños. "La interpretación de los sueños es, en realidad, un excelente camino para conocer el inconsciente: es la base más segura del psicoanálisis y el campo en el cual todo trabajador debe adquirir sus convicciones y buscar su adiestramiento. Si se me preguntara cómo puede uno convertirse en un psicoanalista, le contestaría: 'estudiando sus propios sueños'" (1910, p. 33). Después se fue decepcionando cada vez más de las cualidades de aquellos que escogió para practicar el psicoanálisis. Se dio cuenta de que cualquier forma de autoanálisis tenía limitaciones inherentes.

Durante el Congreso de la Asociación Internacional de Psicoanálisis, celebrado en 1922, se convino en que un análisis de entrenamiento, con un psicoanalista ya graduado, debería ser obligatorio para cualquier psicoanalista futuro. De esta manera, el psicoanalista se daría cuenta de los medios que tiene para afrontar la realidad. Así, cuando ya estuviese trabajando con los pacientes, no habría confusión entre las necesidades del psicoanalista y las necesidades de éstos.

En tanto que en los Estados Unidos, por ciertas razones sociales e históricas, se ha considerado conveniente, aunque no absolutamente necesario, ser médico para considerarse apto para el adiestramiento psicoanalítico, Freud no creía que esto fuese, en muchos casos, ni siquiera conveniente. "Yo pongo énfasis en la exigencia de que nadie debe practicar el análisis si no ha adquirido el derecho de hacerlo a través de un entrenamiento particular. Que esa persona sea médico o no, para mí no tiene importancia" (1926, p. 236).

El papel del psicoanalista

La tarea del terapeuta consiste en ayudar al paciente a recordar, recuperar y volver a integrar el material inconsciente, a fin de que la

vida actual de éste pueda volverse más satisfactoria. Freud dice: "Nosotros le prometemos obedecer la *ley fundamental* del análisis que consiste en guiar, a partir de entonces, su comportamiento hacia nosotros. El debe decirnos no solamente lo que puede manifestar intencional y voluntariamente, lo cual le dará el alivio de una confesión, sino todo aquello que le pase por la cabeza, aun si le resulta *desagradable* decirlo o si le parece que *no tiene importancia* o es realmente *absurdo*. (1940, p. 31).

El psicoanalista recibe estas revelaciones sin criticar ni aprobar su contenido; tampoco toma ninguna posición moral, sino que es una pantalla en blanco para las opiniones del paciente. El terapeuta presenta lo menos que pueda de su personalidad al paciente; esto da libertad al paciente para tratar al psicoanalista de muchísimas maneras, comunicándole actitudes, ideas y aun características que en realidad pertenecen a personas que están en su pasado. Esta *transferencia* es definitiva para el proceso terapéutico, ya que trae eventos pasados a un nuevo contexto, el cual se puede manejar en la terapia. Por ejemplo, si un paciente femenino empieza a tratar al terapeuta como trata a su padre —exteriormente sumisa y amable, pero interiormente hostil e irrespetuosamente— el psicoanalista puede aclarar estos sentimientos para la paciente. El puede decirle que él, el terapeuta, no es la causa de los sentimientos, sino que ellos se originan en la paciente misma y pueden reflejar aspectos de las relaciones con su padre, los cuales ella puede haber reprimido.

Para ayudar al paciente a hacer estas asociaciones, el psicoanalista interpreta otra vez para el paciente algo de lo que éste dice, sugiriendo conexiones que el paciente puede haber reconocido o no anteriormente. Este proceso de interpretación es una cuestión de intuición y de experiencia clínica.

En todos los procedimientos analíticos, el paciente nunca es presionado a descubrir material, sino que se le invita a dejarlo salir a medida que el proceso analítico lo haga posible. Freud consideraba el análisis como un proceso natural; la energía que había estado reprimida va surgiendo poco a poco a la conciencia, donde el ego en desarrollo la puede utilizar. "Siempre que tengamos éxito al analizar un síntoma en sus elementos, al liberar un impulso instintivo de un nexo, no permanece aislado, sino que entra inmediatamente en otro nuevo" (Freud, 1919, p. 161).

La tarea del terapeuta consiste en poner de manifiesto, explorar y aislar los instintos componentes que han sido negados o distorsionados por el paciente. La reforma o el establecimiento de hábitos más nuevos y más saludables se presenta sin la intervención del terapeuta. "Así, la psicosis se lleva a cabo durante el tratamiento analítico, sin nuestra intervención, y en forma automática e inevitable" (Freud, 1919, p. 161).

Para mantenerse firme ante esta agresión general del paciente, el psicoanalista necesita haberse analizado a sí mismo en forma completa e íntegra... el psicoanalista mismo, de quien depende el destino de tantas personas, debe conocer y controlar aun las más recónditas debilidades de su propio carácter; esto es imposible sin un análisis muy completo. Ferenczi, 1955)

Ante los ojos de la ley, un curandero es aquél que trata a los pacientes sin poder mostrar un título médico oficial. Yo preferiría otra definición: un curandero es una persona que hace un tratamiento sin poseer los conocimientos y la capacidad para ello. (Freud, 1926)

Limitaciones del psicoanálisis

El análisis no es para todo el mundo, la aplicación apropiada de sus procedimientos tampoco conduce inevitablemente a la mejoría. Freud dice: "El campo de aplicación de la terapia analítica se encuentra en las neurosis de transferencia —fobias, histeria, neurosis obsesivas— y más aún, en las anormalidades del carácter que se han desarrollado en lugar de estas enfermedades. Todo lo que difiera de estas condiciones narcisistas o psicóticas resulta inapropiado en un mayor o menor grado" (1933, p. 155).

Algunos analistas han dicho que los mejores candidatos para el psicoanálisis son aquellos pacientes que ya están funcionando bien y cuya estructura del ego está sana e intacta. Como Freud veía que el psicoanálisis podía ayudar a explicar y entender la totalidad del consciente humano, reprendía gentilmente a quienes podían creer que la psicoterapia psicoanalítica era la curación total. "El psicoanálisis es realmente un método de tratamiento como cualquier otro. Tiene sus triunfos y sus derrotas, sus dificultades, sus limitaciones, sus indicaciones. . . Me gustaría añadir que no creo que nuestras curaciones puedan competir con las de Lourdes. Hay muchas más personas que creen en los milagros de la Santísima Virgen que en la existencia del inconsciente" (1933, p. 152).

EVALUACION

Hemos presentado una visión general de la vasta y compleja estructura teórica desarrollada por Freud. En este capítulo no hemos intentado añadirle las numerosas elucubraciones y dudas de sus seguidores, discípulos, detractores, críticos y pacientes. Hemos tratado de organizar y simplificar los esquemas de lo que al principio constituyó un punto de vista novedoso y radical. Freud arrojó un guante que pocos pensadores han podido ignorar. La mayor parte de los teóricos que aparecen en este libro se declaran en deuda con Freud: tanto los que estuvieron de acuerdo con él como aquéllos que se opusieron a sus teorías en repetidas ocasiones.

Las ideas de Freud han influido en la Psicología, la Literatura, el Arte, la Antropología, la Sociología y la Medicina. Muchas de sus ideas, como la de la importancia de los sueños y la vitalidad de los procesos inconscientes, han tenido una amplia aceptación. Otras facetas de su teoría, como la relación que existe entre el ego, el id y el superego, o el papel del complejo de Edipo en el desarrollo del adolescente, han sido objeto de extensos debates. Incluso otras partes de su obra, incluyendo el análisis de la sexualidad de la mujer y sus teorías sobre el origen de la civilización han sido generalmente criticadas.

Nuestra posición es reconocer que hay épocas, en la vida de una persona, en las que el cuadro de Freud, sobre el papel del consciente y

el inconsciente, parece una revelación personal. El impacto sorprendente de su pensamiento ilumina un aspecto de nuestro propio carácter o el de cualquier otra persona, obligándolo a uno a salir en busca de más libros suyos. Hay otros momentos en que no parece ser muy útil, en que sus ideas parecen distantes, confusas y sin importancia para nuestra experiencia.

Freud es una figura que se debe estudiar en cualquier época. Su obra evoca una respuesta personal. Cuando echábamos una mirada a sus libros, que hemos venido acumulando durante años, volvimos a leer las notas que habíamos puesto al margen, unas de alabanza, otras de condena. A Freud no se le puede tratar a la ligera porque analizó y describió problemas que son importantes en la vida de cada uno de nosotros.

Cualquiera que sea la respuesta en relación con sus ideas, Freud aconsejaría considerar la respuesta como un indicador de nuestro propio estado de ánimo y también como una reacción razonable hacia su obra. Según las palabras del poeta W. H. Auden sobre Freud: "Si a menudo se equivocaba y a veces era absurdo, para nosotros ahora ya no es una persona, sino todo un clima de opinión" (1945).

Implicaciones para el desarrollo personal

Podemos examinar nuestro propio mundo interior en busca de pistas para nuestro comportamiento, pero se trata de una tarea extremadamente difícil porque uno mismo ha ocultado fuera de sí estas mismas pistas ya sea con un mayor o menor grado de éxito.

Freud dice que toda conducta viene encadenada, que no hay accidentes psicológicos: que algunas de nuestras elecciones de personas, lugares, alimentos y diversiones tienen su origen en experiencias que uno no recuerda ni puede recordar.

Si nuestro recuerdo de los sucesos pasados es en realidad una mezcla de reminiscencias exactas y de reminiscencias confusas, desviadas y distorsionadas, ¿cómo podemos saber alguna vez qué fue lo que sucedió realmente? *¿Eso importa?*

He aquí un ejemplo de la infancia de uno de los autores:

Recuerdo, con la claridad de un sufrimiento personal, que durante muchos años de mi niñez se me obligó a tomar caliente el cereal del desayuno. Lo recuerdo vivamente, también mis vísceras lo recuerdan. Puedo recordar el comedor, mi sitio, la mesa, la sensación de rechazo en mi garganta, mis estrategias dilatorias, esperando que los adultos se cansaran de mí y me dejaran sólo con el plato —ahora medio lleno pero ya frío—, mis intentos por mejorar el sabor del cereal con todo el azúcar que se le podía echar y todas esas cosas que aún tengo presentes. Hoy en día no puedo mirar un plato de cereal caliente sin que pase por mi mente esta avalancha de recuerdos infantiles. Yo "sé" que pasé meses de lucha con mi madre debido a este problema. Hace algunos años lo discutí con ella. Ella lo recordaba

claramente pero "sabía" que se trató sólo de un breve conjunto de acontecimientos de unos cuantos días, tal vez de una semana o dos a lo sumo y se sorprendió de que yo conservara aún algún recuerdo de ello. Tenía que decidir: su recuerdo contra el mío, mi fobia contra su maternidad sensible y consciente.

El resultado fue darnos cuenta de que ninguno de los dos mentía, a pesar de que nuestras historias eran evidentemente distintas. Puede que no haya forma de saber algún día los sucesos reales. No podíamos disponer de una verdad histórica, pues sólo quedaban los recuerdos y éstos estaban matizados en ambas partes por las represiones y las distorsiones selectivas, las elaboraciones y las proyecciones que Freud descubrió.

Fuera del dilema, Freud no sugiere ningún otro medio; lo que sí da a conocer es la comprobación de que nuestro recuerdo o nuestra versión del pasado contiene las pistas para encontrar nuestra propia forma de actuar y de ser. No se trata simplemente de un registro de los acontecimientos pasados arreglados en nítidas hileras que podamos examinar objetivamente.

La teoría psicoanalítica ofrece un conjunto de herramientas para llevar a cabo el análisis personal. Las herramientas, que incluyen el autoexamen del paciente, la reflexión, el análisis de los sueños y los notables patrones periódicos de pensamiento y conducta están a nuestra disposición para utilizarlos cuando queramos. Freud nos ha dicho cómo utilizó estas herramientas, qué descubrió y a qué conclusiones llegó. Si bien es cierto que sus conclusiones todavía son objeto de controversia, sus herramientas constituyen la parte fundamental de una docena de sistemas y pueden ser su aportación más perdurable al estudio de la personalidad.

LA TEORIA DE PRIMERA MANO

El siguiente material se extrajo de una de las primeras obras de Freud y su mayor parte se explica por sí misma. Constituye una visión general de la manera en que Freud trabajaba con la información, de la forma como iba juntando las piezas de un cuadro coherente, en el cual estaba la causa de un solo síntoma, con base en unos cuantos elementos de información.

En las vacaciones del verano de 189— fui de paseo al Hohe Tauern¹ con el fin de tratar de olvidar por algún tiempo la Medicina y, sobre todo, las neurosis. Casi había conseguido el éxito total en este intento, hasta que un día me desví de la carretera principal para escalar una montaña que estaba algo retirada y que tenía fama por sus paisajes y su segura cabaña de refugio. Llegué a la cima después de una penosa subida y, sintiéndome

¹ Una de las cordilleras más altas de los Alpes orientales.

reanimado y descansado, me puse a contemplar largamente los encantos del lejano paisaje. Estaba tan sumido en mis pensamientos que al principio no relacioné nada conmigo cuando llegaron a mis oídos estas palabras: "Es usted médico, señor?" Pero la pregunta había sido dirigida hacia mí y había sido hecha por la muchacha de apariencia malhumorada, de más o menos dieciocho años de edad, que me había servido la comida y a quien la dueña había llamado por el nombre de "Catalina". A juzgar por su vestido y su porte, ella no podía ser una sirvienta, indudablemente tenía que ser hija o pariente de la hostelera. Cuando se me acercó le respondí: "Sí, soy médico, pero ¿cómo lo supo?"

"Usted escribió su nombre en el libro de visitantes, señor, y pensé que si usted me concediera unos minutos. . . La verdad es, señor, que estoy mal de los nervios. Fui a ver a un médico en L ____ para preguntarle sobre esto y me dio algo, pero todavía me siento mal."

En fin, allí estaba yo de nuevo con las neurosis pues no podía haber nada más en esta fuerte y bien constituída joven de mirada triste. Me interesó descubrir que las neurosis podían florecer a una altura de más de 6 000 pies y por eso le hice más preguntas. Voy a narrar la conversación que siguió entre los dos tal como quedó impresa en mi memoria, sin alterar las palabras de la paciente.

"Bien, ¿de qué sufre?"

"Me quedo sin aliento. No siempre. Pero a veces me siento tan mal que creo que me voy a ahogar."

A primera vista esto no parecía un síntoma nervioso, pero pronto se me ocurrió que probablemente se trataba sólo de una descripción que representaba un ataque de ansiedad: ella escogía, de entre un complejo de sensaciones que provenían de la ansiedad, la falta de respiración, poniendo demasiado énfasis en ese único factor.

"Siéntese aquí. ¿Qué siente cuando 'se queda sin aliento'?"

"Todo me viene a la vez. Antes que nada es como algo que presiona mis ojos. Mi cabeza se pone tan pesada, siento un zumbido terrible y tanto vértigo que casi me caigo. Después, algo aplasta tanto mi pecho que no puedo respirar."

"¿Y no nota algo en la garganta?"

"Se me estrecha tanto que parece que me voy a ahogar"

"¿Pasa algo más en su cabeza?"

"Sí, un martilleo que casi la revienta"

"Y no le da miedo cuando pasa todo esto?"

"Siempre pienso que voy a morir. Suelo ser valiente y por lo general voy sola a todas partes, al sótano y por toda la montaña, pero el día en que esto me pasa no me atrevo a ir a ninguna parte; me parece que todo el tiempo alguien me sigue y de repente se va a agarrar de mí."

Se trataba en realidad de un ataque de ansiedad, manifestado a través de las señales de una "aura"² histérica o, más concretamente, era un ataque histérico cuyo contenido era de ansiedad. ¿No podría haber allí también algún otro contenido?

² (Sensaciones premonitorias que preceden a un ataque epiléptico o histérico.)

"Cuando tiene un ataque, ¿piensa en algo?, ¿y siempre en la misma cosa?, ¿o ve algo frente a usted?"

"Sí, siempre veo un rostro detestable que me mira de un modo terrible y me siento aterrorizada."

Tal vez esto ofrecería un medio rápido para llegar al meollo del asunto.

"¿Reconoce el rostro? Es decir, ¿es una cara que en realidad ha visto alguna vez?"

"No."

"Sabe de donde provienen los ataques?"

"No."

"¿Cuándo los tuvo por primera vez?"

"Hace dos años, cuando todavía estaba viviendo en la otra montaña con mi tía. (Ella administraba allí una cabaña de refugio, y nos trasladamos aquí hace dieciocho meses). Pero me siguen ocurriendo."

¿Debía hacer yo un intento de análisis? No podía aventurarme a llevar la hipnosis a tales altitudes, pero tal vez tendría éxito con una simple charla. Había que probar suerte. Yo había descubierto ya en suficientes ocasiones que, en las niñas, la ansiedad era una consecuencia del horror con que una mente virginal se sobrecoge cuando se enfrenta por primera vez con el mundo de la sexualidad.³

Entonces le dije: "Si usted no lo sabe yo le voy a decir cómo *creo* que tuvo esos ataques. En esa época, hace dos años, usted seguramente vio u oyó algo que la perturbó mucho y que hubiera preferido no haber visto."

"¡Cielos!, ¡sí!", replicó ella, "eso ocurrió cuando sorprendí a mi tío con la muchacha, con Francisca, mi prima."

"¿Cómo es la historia sobre esta muchacha?, ¿no me va a contar todo?"

"Uno puede contarle *todo* a un médico, supongo. Bien, en esa época, mi tío, usted sabe, el esposo de la tía que vio aquí, administraba la cabaña de la otra montaña. Hoy están divorciados y yo fui la culpable de eso porque fue por mí como se supo que él tenía relaciones con Francisca."

"¿Y cómo lo descubrió?"

"De esta manera: Un día, hace dos años, llegaron unos caballeros que habían escalado la montaña y querían algo de comer. Mi tía no estaba en la casa y Francisca, que siempre preparaba la comida, no aparecía por ninguna parte. Mi tío tampoco estaba por ningún lado, buscamos por todas

³ Voy a citar aquí el caso en que por primera vez descubrí esta conexión causal. Sucedió cuando trataba a una joven mujer casada que sufría de una neurosis complicada y, una vez más, no quería admitir que su enfermedad provenía de su vida marital. Ella objetaba que cuando era todavía una niña había tenido ataques de ansiedad que terminaban en desmayos. Yo permanecí firme hasta que de pronto, un día, cuando llegamos a conocernos mejor, me dijo: "Le voy a decir cómo me venían los ataques de ansiedad cuando era niña. En esa época yo dormía en una habitación cercana a la de mis padres; dejaban abierta la puerta y siempre quedaba una luz encendida sobre la mesa de noche. Más de una vez vi a mi padre acostarse con mi madre y oía ruidos que me excitaban mucho. Fue entonces cuando me vinieron los ataques."

partes hasta que finalmente Alois, un niño que es mi primo, dijo: '¡Hey! Francisca debe estar en la pieza de mi padre'. Ambos reímos, pero no pensamos nada malo. Luego fuimos a la habitación de mi tío, pero la encontramos cerrada con llave. Esto me pareció extraño. Después dijo Alois: 'En el pasillo hay una ventana por donde puedes mirar'. Fuimos al pasillo pero Alois no se asomó por la ventana y dijo que le daba miedo'. Entonces yo dije: '¡Tonto! yo sí me asomo, a mí no me da miedo'. Nada malo pasaba por mi mente. Me asomé. El cuarto estaba bastante oscuro pero alcancé a ver a mi tío y a Francisca; él estaba encima de ella."

"¿Y bien?"

"Me retiré inmediatamente de la ventana, me recosté contra la pared y no podía respirar; exactamente igual a lo que me sucede desde entonces, todo quedó en blanco, mis párpados quedaron pegados y sentí un martilleo y un zumbido en la cabeza."

"¿Le contó todo a su tía ese mismo día?"

"No, no dije nada."

"Entonces ¿por qué se asustó tanto cuando los encontró juntos? ¿Entendía eso? ¿Sabía qué estaba pasando?"

"¡Oh, no! en esa época no entendía nada; sólo tenía dieciséis años. No sé de qué estaba tan asustada."

"Señorita Catalina, si pudiera recordar ahora lo que le pasaba entonces, cuando tuvo el primer ataque, lo que pensó, eso la ayudaría."

"Sí, si pudiera, pero estaba tan asustada que se me olvidó todo."

(Traducido a la terminología de nuestra "Comunicación Preliminar" [p.21], esto significa que: "La emoción misma creó un estado hipnótico cuyos productos fueron separados de la conexión asociativa con el consciente del ego")

"Dígame, señorita; ¿es posible que la cabeza que siempre ve cuando pierde el aliento, sea la cabeza de Francisca, tal como la vio entonces?"

"¡Oh no! ella no parecía tan terrible. Además, es la cabeza de un hombre."

"¿O tal vez la de su tío?"

"Yo no vi su cara tan claramente como ésta. El cuarto estaba demasiado oscuro, y ¿por qué tendría que estar haciendo esa cara tan terrible precisamente en ese momento?"

"Tiene toda la razón."

(De repente el camino parecía cerrado. Tal vez podría surgir algo del resto de su historia.)

"¿Y qué pasó luego?"

"Los dos debieron oír algún ruido, porque poco después salieron. Todo el tiempo me sentí muy mal. Me la pasaba pensando en eso. Luego, dos días después, era domingo, había mucho que hacer y yo trabajé todo el día. El lunes siguiente me sentí otra vez enferma y con vértigo y me quedé en cama durante tres días sin presentar ninguna mejoría."

Nosotros (Breuer y yo) habíamos comparado a menudo la sintomatología de la histeria con una escritura criptográfica que se vuelve inteligible después del descubrimiento de algunas inscripciones bilingües. En ese alfabeto, estar enfermo significa repugnancia. Entonces dije: "Si usted estuvo enferma durante tres días, creo que eso significa que cuando miraba dentro del cuarto sentía repugnancia."

"Sí, estoy segura de que sentí repugnancia", dijo ella en tono reflexivo, "pero repugnancia a qué?"

"¿Tal vez usted vio algo desnudo? ¿Cómo estaban ahí dentro?"

"Estaba demasiado oscuro para ver algo; además ambos estaban vestidos. ¡Oh, si al menos supiera a qué sentir repugnancia!"

Yo tampoco tenía idea. Pero le dije que continuara y me contara todo lo que le había pasado, confiando en la esperanza de que debía pensar precisamente en aquello que yo necesitaba para explicar el caso.

Pues bien, ella continuó describiendo cómo al fin le comunicó el descubrimiento a la tía, quien ya se había dado cuenta de que ella había cambiado y sospechaba de que le estuviera ocultando algo. Después tuvieron lugar escenas muy desagradables entre el tío y la tía, a través de las cuales los hijos llegaron a oír varias cosas que les abrieron los ojos de muchas formas y que para ellos habría sido mejor no haber escuchado. Finalmente, su tía decidió irse con sus hijos y la sobrina y hacerle cargo de la cabaña que entonces tenían, dejando a su tío solo con Francisca, quien por lo pronto había quedado embarazada. Pero, para mi sorpresa, después de esto, ella dejó a un lado los recuerdos y empezó a contarme dos conjuntos de historias anteriores que se remontaban hasta dos o tres años antes del momento traumático. El primero se relacionaba con ciertas ocasiones en las cuales el mismo tío le había hecho proposiciones sexuales a ella misma cuando tenía sólo catorce años de edad. Relató cómo una vez fue con él de excursión hasta el valle durante el invierno y había pasado la noche en una posada. El se sentó en el bar a beber y a jugar cartas, pero a ella le dio sueño y se fue a la cama temprano, al cuarto que debían compartir en el segundo piso. Todavía no estaba bien dormida cuando él subió; luego se quedó dormida, pero de repente se despertó "sintiendo su cuerpo" en la cama. Ella saltó de la cama y le dijo: "¿Qué hace usted aquí, tío?, ¿por qué no se acuesta en su cama? El trató de calmarla diciéndole: "Sigue durmiendo niña tonta, quédate quieta. No sabes lo bueno que es esto."

—"No me gustan sus 'buenas' cosas, no lo dejan dormir a una en paz." Ella permaneció de pie junto a la puerta, lista para refugiarse en el pasillo, hasta que por fin él se cansó y se fue a dormir. Después, ella se acostó y durmió hasta por la mañana. La forma como ella contó que se había defendido parecía indicar que no entendía claramente el ataque como sexual. Cuando le pregunté si sabía qué era lo que él quería hacer con ella, respondió: "En ese entonces no." Ella lo comprendió mucho después, según dijo; había ofrecido resistencia porque era desagradable que lo maltrataran a uno cuando dormía y "porque eso no estaba bien".

Me he visto obligado a relatar detalladamente todo esto por la gran importancia que tiene para entender todo lo que sigue. Ella continuó narrándome aún otras experiencias algo posteriores: cómo había tenido que defenderse una vez más de su tío, en una cabaña, estando él totalmente borracho, y otras historias similares. Al responderme si en esas ocasiones había sentido algo que se pareciera a su posterior pérdida de la respiración, contestó decididamente que cada vez sintió la presión en los ojos y en el pecho, pero nunca con la fuerza que sintió en la escena del descubrimiento.

Inmediatamente después de terminar de relatarme este grupo de recuerdos, comenzó a describirme un segundo grupo, el cual tenía relación

con las ocasiones en que había notado algo raro entre Francisca y su tío. En cierta ocasión, en que la familia había pasado la noche en un henil y, de repente un ruido la hizo despertarse repentinamente, creyó ver que su tío, quien se había acostado en medio de ella y de Francisca, había volteado su posición y que Francisca estaba acostada debajo de él. En otra ocasión se habían detenido a pasar la noche en una posada; ella y su tío estaban en un cuarto y Francisca había quedado en un cuarto contiguo. Ella despertó súbitamente en la noche y vio una figura alta, toda de blanco, junto a la puerta, a punto de dar vuelta a la perilla: "¡Dios! , ¿eres tu tío?, ¿qué haces en la puerta?"—"Silencio, sólo estoy buscando algo"—"Pero la salida es por la otra puerta"—"Me equivoqué"... etc.

Le pregunté si había sospechado algo en ese momento. "No, no pense en nada; únicamente lo note, pero no pense en nada más". Cuando le pregunté también si se había asustado en estas ocasiones, respondió que tal vez sí, pero que no estaba segura.

Al final de estos dos grupos de recuerdos se detuvo. Parecía haberse transformado. El áspero e infeliz rostro se había tornado alegre, sus ojos brillaban, ella estaba animada y exaltada. Por lo pronto, el entendimiento de su caso se había aclarado para mí. La última parte de lo que me había dicho, en un tono de aparente apatía, me proporcionó una admirable explicación de su conducta en la escena del descubrimiento. En esa ocasión, ella había llevado de un lado a otro dos grupos de experiencias que ella recordaba; pero que no entendía y de los cuales no sacaba inferencia alguna. Cuando vio a la pareja, estableció de inmediato una conexión entre la nueva impresión de estos dos grupos de reminiscencias, ella comenzó a entenderlas y al mismo tiempo a rechazarlas. Siguió entonces un breve periodo de aclaración, de "incubación", después del cual se iniciaron los síntomas de transformación, el vómito era como un sustituto de la repugnancia moral y física. Esto resolvió el acertijo. Ella no se había sentido molesta por haber visto a las dos personas, sino por el recuerdo que la escena había estimulado en ella. Tomando todo en consideración, esto pudo ser solamente el recuerdo del atentado que sufrió la noche en que "sintió el cuerpo de su tío".

Así pues, cuando terminó su confesión le dije: "Ya sé qué fue lo que pensó cuando miró en el cuarto. Usted pensó: 'ahora está haciendo con ella lo que quería hacer conmigo esa noche y en otras ocasiones'. Eso era lo que la molestaba, porque recordó la sensación que tuvo cuando se despertó y sintió su cuerpo."

"Posiblemente sí", dijo, "eso fue lo que me causó tanto fastidio y eso fue lo que pensé".

"Dígame sólo una cosa más. Usted ya es una mujer adulta y sabe muchas cosas..."

"Sí, ya lo soy"

"Dígame sólo una cosa, ¿qué parte de su cuerpo fue la que sintió esa noche?"

Pero ella no me dio una respuesta definitiva. Sonrió un poco confundida, como cuando alguien descubre que tiene que admitir que se ha llegado a una posición fundamental en que ya no es posible decir más. Pude imaginarme cuál fue la sensación táctil que ella aprendió más tarde a interpretar. La expresión de su rostro parecía decirme que ella suponía que

yo tenía razón en mi conjetura, pero no pude penetrar más y de todos modos tengo una deuda de gratitud con ella porque me permitió hablarle con más facilidad que a las remilgadas señoras que me van a consultar en la ciudad y que consideran cualquier cosa natural como vergonzosa.

El caso, pues, quedó claro. —¡Pero, espere un momento! ¿Qué hay de las frecuentes alucinaciones de esa cabeza que se presentaban durante los ataques y que le causaban terror? ¿De dónde provienen? — Le pregunté sobre esto y como si su conocimiento también se hubiera ampliado por nuestra conversación, enseguida contestó: “Sí, ahora lo sé. Se trata de la cabeza de mi tío —ahora la veo claramente—, pero no es de aquella época. Después, cuando estallaron las disputas, mi tío dio rienda suelta a una absurda rabia contra mí. Se la pasaba diciendo que yo era la culpable de todo: decía que si yo no hubiera hablado, nunca habría habido divorcio. Vivía amenazándome con hacerme algo y que si me veía de lejos, su rostro se transformaría de ira y se me abalanzaría con la mano levantada. Siempre huí de él y siempre sentí pavor de que algún día me sorprendiera desprevenida. La cara que ahora siempre veo es su cara cuando estaba furioso.”

Esta información me hizo recordar que su primer síntoma de histeria, el vómito, ya había adquirido un nuevo contenido. Por consiguiente estábamos tratando con una histeria que se había hecho reaccionar hasta un grado considerable. En realidad ella había contado el descubrimiento a su tía poco después de que sucedió.

“¿Le contó a su tía las otras historias, sobre las proposiciones que le hacía?”

“Sí. No inmediatamente, pero sí más tarde, cuando se habló de divorcio. Mi tía dijo: ‘Eso lo mantendremos en reserva. Si él causa problemas en el tribunal también lo diremos’.”

Puedo comprender bien que precisamente este periodo, —cuando había escenas cada vez más turbulentas en la casa y cuando su propio estado dejó de interesar a su tía, quien estaba totalmente ocupada en la disputa—, el cual fue de acumulación y retención, le dejó el legado del símbolo mnémico (la visión de ese rostro).

Espero que esta joven, cuya sensibilidad sexual fue lastimada a tan temprana edad, haya sacado algún provecho de nuestra conversación. Nunca la he vuelto a ver desde entonces.* (1895, pp. 125-134).

* (Nota al pie de página agregada en 1924:) Después de haber transcurrido tanto tiempo me atrevo a descorrer el velo de la discreción y revelar el hecho de que Catalina no era la sobrina, sino la hija de la dueña de la casa. Por lo tanto, la muchacha enfermó a causa de los atentados sexuales por parte de su propio padre. Distorsiones como la que introduje aquí se deben evitar totalmente al informar la historia de algún caso. Desde el punto de vista de la necesidad de entender el caso, una distorsión de esta naturaleza no es, por supuesto, un asunto tan carente de importancia como sería el hecho de transportar la escena de una montaña a otra.

EJERCICIOS PRIMEROS RECUERDOS

Freud descubrió que los primeros recuerdos indicaban con frecuencia problemas personales actuales. Este ejercicio puede servir para empezar a evaluar esa idea.

1. Divídanse en parejas. Elijan, en cada una, a quien va a hablar y a quien va a tomar notas. Como habrán de turnarse, no se preocupen por quién habla primero.
2. (Para el que habla) Siéntese de modo que no vea al que escribe. Usted debe pasar cinco minutos trayendo a la memoria su recuerdo más remoto o uno muy antiguo. Dígalo a su compañero que escribe. Mientras más clara y vivamente pueda recordarlo, mayor provecho sacará del ejercicio. Si usted tiene otros recuerdos que se asocien con el que está contando, no deje de contarlos.
3. (Para el que toma notas) Su tarea consiste en tomar notas a medida que su compañero le va contando los sucesos pasados. Anote las referencias que haga de incidentes posteriores. Preste especial atención a la importancia que su compañero dé a cualquier aspecto de un recuerdo. Observe las diferencias de los sentimientos expresados por su compañero. Si así lo desea, utilice los términos freudianos mencionados en este capítulo cuando tome las notas. Ponga atención a los posibles mecanismos de defensa que diluyen o disfrazan el recuerdo.
4. Después de cinco minutos deténgase y, sin discutir el ejercicio, cambien los papeles. Nuevamente, la persona que habla cuenta sus recuerdos mientras el compañero toma notas.
5. Al cabo de cinco minutos deténganse y piensen en lo que han dicho y en lo que han oído.
6. Discutan las notas entre sí. Indiquen las implicaciones y las conexiones mutuas si creen que pueden ser útiles. Traten de relacionar aspectos de sus recuerdos con la forma como viven actualmente o con la forma como reaccionan ante las situaciones que son semejantes a las que recordaron.

Nota: Si alguno de los dos se siente perturbado o se molesta durante este periodo de discusión, sencillamente pídale las notas sobre su recuerdo, déle las gracias a su compañero y trabaje solo.

¿EXISTEN PATRONES EN SU VIDA?

Freud dice que nuestras relaciones actuales tienen conexión con nuestras relaciones con los padres. Veamos una manera de investigar esta posibilidad.

I

1. Haga una lista de la gente que más le ha gustado o que más ha amado en su vida, excluyendo a sus padres. Enumere por separado hombres y mujeres.
2. Enumere los aspectos deseables e indeseables de la personalidad de ellos.
3. Note, considere o escriba las similitudes y diferencias que haya en las listas. ¿Comparten muchos hombres algunos rasgos parecidos y las mujeres tienen otros en común? ¿Hay un tipo particular de personas que le haya gustado:

II

1. Enumere las características deseables e indeseables que sus padres tienen actualmente.
2. Enumere las características deseables e indeseables de sus padres según los veía cuando usted estaba creciendo.

III

1. Compare y contraste la lista de atributos de sus padres con las de sus amigos.
2. Considere, discuta o diga por escrito si usted observa en su propia vida alguna relación entre las cualidades de sus padres y las de sus amigos.

DIARIO DE LOS SUEÑOS

1. Conserve un cuaderno al lado de su cama. Por la mañana, antes de hacer cualquier otra cosa, escriba algunas notas sobre sus sueños. (Inclusive si antes nunca recordaba los sueños, este procedimiento probablemente le ayudará a recordarlos. Los grupos de estudiantes a quienes se les pidió esto como tarea obligatoria, a los pocos días ya recordaban regularmente los sueños.)
2. Más tarde, en cualquier momento del día, escriba el sueño totalmente.
3. Trate de comprender lo que podrían significar los diferentes aspectos de sus sueños. Ponga atención a aquellos fragmentos que parecen formar parte de su "residuo diario". ¿Hay algunas partes del sueño que reflejan sus propios deseos o actitudes hacia los demás? ¿Los sueños parecen tener algún significado para usted?

¿Qué asociaciones puede hacer con aspectos determinados de sus sueños? Observe si estas asociaciones indican

posibles significados de sus sueños. ¿En qué forma los sueños podrían constituir intentos de "satisfacción total de los deseos"?

4. Guarde este diario durante algunas semanas. Cuando lea otras partes de este libro aprenderá otras formas de observar los sueños. De vez en cuando repase su diario de los sueños y vea si puede hacer nuevas interpretaciones. ¿Observa algunos temas o patrones que se repitan en sus sueños?

MECANISMOS DE DEFENSA

1. Recuerde alguna época o algún suceso que haya sido psicológicamente doloroso; tal vez la muerte de algún amigo íntimo, o pariente, o cuando recibió alguna terrible humillación, o fue derrotado o sorprendido en alguna acción mala.
2. Advierta primero su falta de interés por recordar los sucesos claramente o inclusive su resistencia a pensar en ellos. "Yo no quiero hacer esto. Puedo omitir ese ejercicio, es fácil de entender. ¿Por qué tengo que pensar en eso otra vez?"
3. Si puede hacerlo sobreponga con un acto de voluntad a las defensas iniciales y recuerde el suceso. Usted puede volver a darse cuenta de grandes sentimientos.
4. Si le resulta difícil permanecer concentrado en el recuerdo, observe entonces la forma en que su mente aparta su atención hacia otras cosas. ¿Puede empezar a darse cuenta de cómo evita la tensión psíquica?

ETAPAS PSICOSEXUALES

Los siguientes ejercicios constituyen varias formas de concentrar la atención en las ideas, actitudes, creencias y sentimientos de las etapas del desarrollo. Los ejercicios no tienen por objeto captar la teoría, sino captar los tipos de experiencia que llevaron a su desarrollo.

ORAL

Vaya a la farmacia y compre un biberón. Llénelo con leche, agua o jugo de fruta.

Ya sea solo o con algún otro miembro de su clase, beba del biberón. Note sus reacciones. La acción de beber o aun el pensamiento de beber de la botella, ¿le trae algún recuerdo, alguna sensación? Si continúa haciéndolo, ¿en qué postura se siente más cómodo? Permítase sentir la experiencia de sus reacciones latentes en este experimento.

Compare sus reacciones con las de otros. ¿Hay entre los hombres experiencias semejantes? ¿Y entre las mujeres?

ANAL

Trate de darse más cuenta de la forma en que la privacidad está construida en la arquitectura del cuarto de baño, los baños públicos, el baño de su casa. Note su propia conducta en el cuarto de baño de su casa. ¿Se esfuerza por permanecer a solas, sin desear encontrarse con la mirada de nadie o aun sin mirar a nadie más? ¿Se imagina orinar en público? ¿En un jardín? ¿A la orilla de la carretera? ¿En un bosque?

Mucha gente tiene, en el retrete, conductas fuertemente condicionadas. Hay quien necesita leer mientras está sentado allí. ¿Cuál puede ser el propósito de tal conducta?

Comparta sus observaciones con otros. Dése cuenta de su resistencia a hablar sobre cualesquiera de los aspectos de este ejercicio.

FALICA

¿Puede traer a la memoria los primeros recuerdos sobre sus órganos sexuales? ¿Puede recordar qué le dijeron sus padres acerca de ellos? (Mujeres), ¿pueden recordar algunos pensamientos o ideas que hayan tenido con relación a los muchachos y su pene? (Hombres), ¿pueden recordar haber tenido algún temor a perder el pene?

Si usted no tiene ningún recuerdo de esta clase de sentimientos, ¿hay una razón suficiente para suponer que en esa época no existió ninguno de ellos?

GENITAL

1. Escriba la información errónea que tuvo sobre las cuestiones sexuales y que posteriormente fue corregida. (Ejemplos: que lo trajo una cigüeña, que lo encontraron en un supermercado, que cada vez que se tengan relaciones sexuales podrá haber embarazos.)

2. ¿Sus primeras experiencias sexuales cambiaron sus actitudes o creencias que ya tenía? ¿Qué pensó de sus primeras experiencias sexuales? ¿Ahora piensa diferente? ¿Puede relacionar sus presentes actitudes sobre asuntos sexuales con actitudes o creencias anteriores?

BIBLIOGRAFIA COMENTADA

LIBROS ESCRITOS POR FREUD

Freud, Sigmund. *Introductory lectures on psychoanalysis 1916-1917*. Edición de las obras completas de Psicología de Sigmund Freud por James Strachey. Londres: Hogarth Press, 1953-1966, vols. 15-16. Dos cursos de conferencias dictados en la Universidad de Viena. La primera parte del libro no supone ningún conocimiento de la materia; la segunda supone que ya se conoce bien la primera parte. Conferencias para estudiantes.

— *The interpretation of dreams*. 1900. Edición estándar, vols. 4-5. Sobre esta obra, Freud dijo en 1931: "Contiene, aun conforme a mi juicio actual, el más valioso de todos los descubrimientos que he tenido la fortuna de hacer." Estamos de acuerdo. Esta obra es lo mejor de Freud; hay que leerlo para darse cuenta de su genio intuitivo y de su estilo literario.

— *Three case histories*. Nueva York: Collier Books. 1963. Tres casos analizados por Freud. Presenta material extraído de ellos, que Freud entrelaza con la teoría que estaba desarrollando. Muy apropiado para ver a Freud en acción hasta donde se puede inferir de sus escritos.

— *A general selection from the works of Sigmund Freud*. Editado por John Rickman. Nueva York: Doubleday. 1957. Una buena serie de lecturas extractadas de diferentes partes de la obra de Freud. Hay otras colecciones que pueden ser igualmente buenas, pero nos gusta ésta.

LIBROS SOBRE FREUD

Brenner, Charles. *An elementary textbook of psychoanalysis*. Ed. rev. Nueva York: Doubleday. 1974. Hace una exposición clara y amplia sobre las hipótesis fundamentales y su expresión clínica. De especial interés para los terapeutas.

Hall, Calvin S. *A primer of Freudian psychology*. Nueva York: Mentor, New American Library. 1954. Una exposición breve, clara y fácil de leer sobre las principales características de las teorías de Freud, es concisa y exacta. Constituye la mejor y más sencilla obra introductoria que se puede conseguir.

Hall, Calvin y Lindzey, Gardner. La importancia de la psicología freudiana para las ciencias sociales y los puntos de vista correspondientes. En *The handbook of social psychology*, 2a. ed., Editado por G. Lindzey y E. Aronson. Menlo Park, Calif.: Addison-Wesley. 1968. Un resumen, para alumnos de nivel intermedio, del pensamiento psicoanalítico con énfasis en su importancia para la psicología social. Su enfoque es más teórico que clínico.

Jones, Ernest. *The life and work of Sigmund Freud*. Editado por Lionel Trilling. Nueva York: Doubleday. 1963. Una pequeña versión de los tres volúmenes de la biografía de Freud. Fácil y fascinante.

Rapaport, David. La estructura de la teoría psicoanalítica. En *formulations of the person and the social context*, vol. 3. Psicología: El estudio de una ciencia. Editado por S. Koch. Nueva York: McGraw Hill, 1959. Esta obra se encuentra entre las más sofisticadas y completas afirmaciones teóricas sobre el pensamiento psicoanalítico. No es una obra para pusilánimes.

BIBLIOGRAFIA DE CONSULTA

Auden, W. H. *The collected poems of W. H. Auden*. Nueva York: Random House. 1945.

Brenner, Charles. *An elementary textbook of psychoanalysis*. Ed. rev. Nueva York: Anchor Press-Doubleday. 1974.

- Colby, Kenneth Mark. *A primer for psychotherapists*. Nueva York: Ronald Press. 1951.
- Farber, Leslie H. *The ways of the will: essays toward a psychology and psychopathology of will*. Nueva York: Harper and Row. 1966.
- Fenichel, Otto. *The psychoanalytic theory of neurosis*. Nueva York: Norton. 1945.
- Fodor, Nandor y Gaynor, Frank. *Freud: dictionary of psychoanalysis*. Nueva York: Fawcett Books. 1958.
- Freud, Anna. 1936. *The ego and the mechanisms of defense*. Londres: Hogarth Press (1937).
- Freud, Sigmund. *The neuro-psychoses of defense*. Edición estándar, vol 3.* 1894.
- . *The interpretation of dreams*. Edición estándar, vols. 4-5. 1900.
- . *The psychopathology of everyday life*. Edición estándar, vol. 6. 1901.
- . Tres ensayos sobre la teoría de la sexualidad. Edición estándar, vol. 7. 1905a.
- . Fragmento del análisis de un caso de histeria. Edición estándar, vol. 8. 1905b.
- . Psicoanálisis y el establecimiento de los hechos en los procesos legales. Edición estándar, vol. 9. 1906.
- . Acciones obsesivas y prácticas religiosas. Edición estándar, vol. 9. 1907.
- . La moralidad sexual "civilizada" y las enfermedades nerviosas modernas. Edición estándar, vol. 9. 1908.
- . Notas de un caso de neurosis obsesiva. Edición estándar, vol. 10. 1909.
- . Cinco conferencias sobre el psicoanálisis. Edición estándar, vol. 11. 1910.
- . Formulación de los dos principios de funcionamiento mental. Edición estándar, vol. 12. 1911.
- . Sobre la historia del movimiento psicoanalítico. Edición estándar, vol. 14. 1914.
- . Represión. Edición estándar, vol. 14. 1915.
- . Sobre las transformaciones del instinto, tal como se ve en el erotismo anal. Edición estándar, vol. 17. 1917.
- . Líneas de progresión en la terapia psicoanalítica. Edición estándar, vol. 17. 1919.
- . Más allá del principio del placer. Edición estándar, vol. 18. 1920.
- . Dos artículos de enciclopedia. Edición estándar, vol. 18. 1923.
- . *An autobiographical study*. Edición estándar, vol. 20. También 1935, Autobiografía. Nueva York: Norton. 1925.
- . *The question of lay analysis*. Edición estándar, vol. 20. 1926.
- . *Civilization and its discontents*. Edición estándar, vol. 21. 1930.
- . *New introductory lectures on psycho-analysis*. Edición estándar, vol. 22. También, 1949, Nueva York: Norton. 1933.
- . *An outline of psycho-analysis*. Edición estándar, vol. 23. También, 1949, Nueva York: Norton. 1940.

* Después de las referencias hechas por Freud, los datos entre paréntesis constituyen la fecha original de su publicación en alemán. Las referencias han sido anotadas tal como aparecen en la edición estándar de las Obras Completas de Psicología de Sigmund Freud, vols. 1-24, editado por James Strachey, Londres:

- . *The origins of psychoanalysis* (1895) que incluye A Project for a Scientific Psychology. Londres: Hogarth Press. 1950.
- . *The cocaine papers*. Zurich: Duquin Press. (Artículos que no se encuentran en la edición estándar publicada originalmente de 1884-1887). 1963.
- Fromm, Erich. *Sigmund Freud's mission: an analysis of his personality and influence*. Nueva York: Harper. 1950.
- Hall, Calvin S. *A primer of Freudian psychology*. Nueva York: Mentor Books. 1954.
- Halt, Robert R. Análisis de algunos conceptos biológicos de Freud y su influencia sobre sus teorías. En *Psychoanalysis and current biological thought*. Editado por Norman S. Greenfield y William C. Lewis. Madison, Wis.: University of Wisconsin Press. 1965.
- Jones, Ernest. *The life and work of Sigmund Freud*. Nueva York: Basic Books, 3 vols. 1953, 1955 y 1957.
- Krishna, Gopi. *Higher consciousness: the evolutionary thrust of kundalini*. Nueva York: Julian Press. 1974.
- Le Barre, Weston. La personalidad desde un punto de vista analítico. En *The study of personality: an interdisciplinary appraisal*. Editado por E. Norbeck, D. Price-Williams y W. McCord, pp. 65-87. Nueva York: Holt, Rinehart and Winston. 1968.
- La Planche, J. y Pontalis, J.-B. *The language of psychoanalysis*. Traducido por Donald Nicholson-Smith. Nueva York: Norton. 1973.
- Lauzan, Gerard. *Sigmund Freud: the man and his theories*. Traducido por Patrick Evans. Nueva York: Fawcett. 1962.
- Masserman, Jules H. *Principles of dynamic psychiatry*. 2a. ed. Filadelfia: Saunders. 1961.
- Rycroft, Charles. *Wilhelm Reich*. Nueva York: Viking. 1972.
- Sears, Robert T. Experimental Studies of projection: I. attributions of traits. *Journal of Social Psychology*, 7:151-163. 1936.
- Shah, Idries. *The magic monastery*. Nueva York: Dutton. 1972.
- Wollheim, Richard. *Sigmund Freud*. Nueva York: Viking. 1971.

Hogarth Press, 1953-1966. Sólo se mencionan otras ediciones en los casos en que se usan como citas en el texto. La mayoría de los escritos de Freud se encuentran disponibles en una gran variedad de ediciones económicas.