

Universidad de Guadalajara

Psicología

Sigmund Freud

ÍNDICE

El inicio de Freud.....3

Biografía.....5

Las Teorías de Freud.....7

- El ello, el Yo, el Super yo
- Pulsiones de vida y Pulsión de muerte
- Ansiedad
- Mecanismos de defensa
- Los Estadios (Etapas psicosexuales)
- La crisis Edípica
- Carácter
- Terapia

Discusión.....26

- Sexualidad
- El inconsciente
- Aspectos positivos

Bibliografía.....30

El Inicio de Freud

La historia de Freud, como la mayoría de las historias de otras personas, empieza a partir de otros. En esta ocasión fueron su mentor y amigo, Dr. Joseph Breuer y la paciente de éste, Anna O.

Anna O. Fue paciente de Breuer desde 1880 hasta 1882. Con 21 años de edad, Anna invirtió la mayoría de su tiempo cuidando de su padre enfermo, desarrollando una tos importante que no tenía una explicación física, así como dificultades para hablar, que finalizaron en un mutismo completo, seguido de expresiones solo en inglés, en vez de su lengua natal, el alemán.

Cuando su padre falleció, la paciente empezó a rechazar la comida y desarrolló una serie inusual y extraña de síntomas. Perdió la sensibilidad en las manos y pies, parálisis parciales y espasmos involuntarios. También presentaba alucinaciones visuales y visión de túnel. Toda vez que los médicos examinaban a Anna para estudiar estos síntomas que parecían físicos, no encontraban ninguna causa física demostrable.

Además de estos síntomas, por si no fuera poco, presentaba fantasías infantiloides, cambios dramáticos de humor y varios intentos de suicidio. El diagnóstico de Breuer fue de lo que se llamaba en aquel momento histeria (hoy, trastorno de conversión), lo que significaba que tenía síntomas que parecían físicos, pero no lo eran.

En las noches, Anna se sumía en unos estados de hipnosis espontánea, tal y como Breuer les llamó, a los que la propia paciente designó nubes. (Anna tenía una formación intelectual alta y era una mujer muy preparada; así que no es de extrañar que ella utilizase términos muy precisos, incluso técnicos para designar algunos de sus estados, como en el caso de los estados hipnoides, llamándoles nubes. N.T.). Breuer se dio cuenta de que, a pesar de estos estados de trance, la paciente podía hablar de sus fantasías diurnas y de otras experiencias, sintiéndose mejor posteriormente. Anna llamó a estos episodios limpieza de chimenea y la cura por la palabra. En algunas ocasiones, durante la limpieza de chimenea, Anna proporcionaba algunos datos que daban comprensión particular a algunos de sus síntomas. El primer dato sobrevino justo después de negarse a ingerir agua durante un tiempo: recordaba ver a una mujer bebiendo agua de un vaso que un perro había lamido antes. Cuando recordaba esta imagen, se disgustaba y le sobrevinía una sensación

intensa de ascoso para inmediatamente después ¡beberse el vaso de agua!. En otras palabras, su síntoma (la hidrofobia) desaparecía tan pronto se verbalizaba y se sentía la sensación particular de asco; es decir, la base del síntoma. Breuer llamó catarsis, del griego referido a limpieza, a estos estados de recuperación espontánea.

11 años más tarde, Breuer y su asistente, Sigmund Freud, escribieron un libro sobre la histeria, donde explicaban su teoría. Toda histeria es el resultado de una experiencia traumática que no puede aceptarse en los valores y comprensión del mundo de una persona. Las emociones asociadas al trauma no se expresan de manera directa, simplemente se evaporan: se expresan a través de la conducta de forma vaga, imprecisa. Por decirlo de otra manera, estos síntomas tienen significado. Cuando el paciente puede llegar a comprender el origen de sus síntomas (a través de la hipnosis, por ejemplo), entonces se liberan las emociones reprimidas por lo que no necesitan expresarse a través de ellos. Es similar a drenar una infección local.

De esta manera, Anna fue poco a poco mejorando de sus síntomas. Pero, es importante señalar que ella no podía hacerlo sin Breuer: mientras se encontraba en sus estados hipnóticos, necesitaba tener las manos de Breuer con ella, y desafortunadamente, surgieron nuevos problemas.

De acuerdo con Freud, Breuer reconoció que la paciente se había enamorado de él y además él también se sentía atraído por ella. Además, la paciente le comentaba a todo el mundo que estaba embarazada de Breuer. Se podría decir que ella le deseaba tanto que su mente le dijo a su cuerpo que esto era cierto, desarrollando un embarazo histérico (hoy llamado pseudociesis o embarazo psicológico. N.T.). Breuer, un hombre casado en la época victoriana, abandonó abruptamente las sesiones y perdió todo interés en la histeria.

Fue Freud quien posteriormente retomó lo que Breuer no había reconocido abiertamente; es decir, en el fondo de todas estas neurosis histéricas yacía un deseo sexual.

Con respecto a la evolución de Anna, ésta pasó gran parte del tiempo restante en un sanatorio. Más tarde, se convirtió en una figura muy respetada y activa (la primera mujer asistente social de Alemania) bajo su nombre propio: Bertha Pappenheim. Murió en 1936.

Biografía

Sigmund Freud nació el 6 de mayo de 1856 en una pequeña localidad de Moravia llamada Freiberg. Su padre fue un comerciante de lana con una mente muy aguda y un buen sentido del humor. Su madre era una mujer activa, vivaz, segunda esposa del padre de Sigmund y 20 años menor que su marido. Tenía 21 años cuando tuvo a su primer hijo, su apreciado Sigmund. Este tuvo dos medio-hermanos y otros seis hermanos. Cuando tenía 4 o 5 años (él no recuerda bien), su familia se trasladó a Viena, donde viviría casi toda su vida.

Freud, un niño brillante, siempre a la cabeza de su clase, ingresó en la escuela de medicina; una de las pocas opciones para un joven judío en Viena en esos días. Allí, se embarcó en la investigación bajo la dirección de un profesor de fisiología llamado Ernst Brücke. El maestro creía en nociones comunes o, si se quiere, radicales de aquella época y que hoy conoceríamos como reduccionismo: no existen otras fuerzas que las

comunes físico-químicas para explicar el funcionamiento del organismo. Freud pasó muchos años intentando reducir la personalidad a la neurología, causa que más tarde abandonaría.

Freud era muy bueno en el campo de sus investigaciones, concentrándose sobre todo en neurofisiología e incluso llegó a crear una técnica especial de tinción celular. Pero, solo existía un número limitado de puestos y había otros por encima de él. Brücke le ayudó a conseguir una beca de estudios, primero con el gran psiquiatra Charcot en París y posteriormente en Nancy con el que más tarde sería su rival: Bernheim. Ambos científicos estaban investigando el uso de la hipnosis en los pacientes histéricos.

Después de pasar un breve período de tiempo como residente de neurología y como director de una guardería infantil en Berlín, Freud se volvió a Viena y se casó con su prometida de años Martha Bernays. Allí abrió su consulta de neuropsiquiatría, con la ayuda de Joseph Breare.

Las lecturas y obras de Freud le proporcionaron tanto fama como ostracismo dentro de la comunidad médica. Se rodeó de un buen número de seguidores que más tarde se convertirían en el núcleo del movimiento psicoanalítico.

Desafortunadamente, Freud tenía una gran propensión a rechazar a aquellos que no estaban de acuerdo con sus teorías; algunos se separaron de él de manera amistosa, otros no, estableciendo entonces escuelas de pensamiento competidoras.

Freud emigró a Inglaterra justo antes de la Segunda Guerra Mundial, cuando Viena ya no era un sitio seguro para un judío y más aún de la talla del famoso Freud. Poco más tarde murió de un cáncer maxilobucal del que había sufrido desde hacía 20 años.

Las Teorías de Freud

Freud no inventó exactamente el concepto de mente consciente versus mente inconsciente, pero desde luego lo hizo popular.

La mente consciente: es todo aquello de lo que nos damos cuenta en un momento particular: las percepciones presentes, memorias, pensamientos, fantasías y sentimientos. Cuando trabajamos muy centrados en estos apartados es lo que Freud llamó **preconsciente**, algo que hoy llamaríamos *memoria disponible*: se refiere a todo aquello que somos capaces de recordar; aquellos recuerdos que no están disponibles en el momento, pero que somos capaces de traer a la consciencia. Actualmente, nadie tiene problemas con estas dos capas de la mente, aunque Freud sugirió que las mismas constituían solo pequeñas partes de la misma.

La parte más grande estaba formada por el **inconsciente** e incluía todas aquellas cosas que no son accesibles a nuestra consciencia, incluyendo muchas que se habían originado allí, tales como nuestros impulsos o instintos, así como otras que no podíamos tolerar en nuestra mente consciente, tales como las emociones asociadas a los traumas.

De acuerdo con Freud, el inconsciente es la fuente de nuestras motivaciones, ya sean simples deseos de comida o sexo, compulsiones neuróticas o los motivos de un artista o científico. Además, tenemos una tendencia a negar o resistir estas motivaciones de su percepción consciente, de manera que solo son observables de forma disfrazada.

El Ello, el Yo y el Superyo

La realidad psicológica freudiana empieza con el mundo lleno de objetos. Entre ellos, hay uno especial: el cuerpo. **El cuerpo** (Nos referiremos a cuerpo como vocablo para traducir organism, ya que en psicología es más aceptado el término) es especial en tanto actúa para sobrevivir y reproducirse y está guiado a estos fines

por sus necesidades (hambre, sed, evitación del dolor y sexo).

Una parte del cuerpo lo constituye el sistema nervioso, del que una de sus características más prevalentes es la sensibilidad que posee ante las necesidades corporales. En el nacimiento, este sistema es poco más o menos como el de cualquier animal, una cosa, o más bien, el **Ello**. El sistema nervioso como Ello, **traduce las necesidades del cuerpo a fuerzas motivacionales llamadas pulsiones** (en alemán Triebe). Freud también los llamó deseos. Esta traslación de necesidad a deseo es lo que se ha dado a conocer como proceso primario.

El **Ello** tiene el trabajo particular de **preservar el principio de placer**, el cual puede entenderse como una demanda de atender de forma inmediata las necesidades. Imagínese por ejemplo a un bebé hambriento en plena rabieta. No sabe lo que quiere, en un sentido adulto, pero sabe que lo quiere;ahora mismo!. El bebé, según la concepción freudiana, es puro, o casi puro Ello. Y el Ello no es más que la representación psíquica de lo biológico.

Pero, aunque el Ello y la necesidad de comida puedan satisfacerse a través de la imagen de un filete jugoso, al cuerpo no le ocurre lo mismo. A partir de aquí, la necesidad solo se hace más grande y los deseos se mantienen aún más. Usted se habrá percatado de que cuando no ha satisfecho una necesidad, como la de comer por ejemplo, ésta empieza a demandar cada vez más su atención, hasta que llega un momento en que no se puede pensar en otra cosa. Este sería el deseo irrumpiendo en la consciencia.

Menos mal que existe una pequeña porción de la mente a la que nos referimos antes, el consciente, que está agarrado a la realidad a través de los sentidos. Alrededor de esta consciencia, algo de lo que era cosa se va convirtiendo en **Yo** en el primer año de vida del niño. El Yo se apoya en la realidad a través de su consciencia, buscando objetos para satisfacer los deseos que el Ello ha creado para representar las necesidades orgánicas. Esta actividad de búsqueda de soluciones es llamada proceso secundario.

El Yo, a diferencia del Ello, funciona de acuerdo con el principio de realidad, el cual estipula que se satisfaga una necesidad tan pronto haya un objeto disponible. Representa la realidad y hasta cierto punto, la razón.

No obstante, aunque el Yo se las ingenia para mantener contento al Ello (y finalmente al cuerpo), se encuentra con obstáculos en el mundo externo. En ocasiones se encuentra con objetos que ayudan a conseguir las metas. Pero el Yo capta y guarda celosamente todas estas ayudas y obstáculos, especialmente aquellas gratificaciones y castigos que obtiene de los dos objetos más importantes del mundo de un niño: mamá y papá. Este registro de cosas a evitar y estrategias para conseguir es lo que se convertirá en **Superyo**. Esta instancia no se completa hasta los siete años de edad y en algunas personas nunca se estructurará.

Hay **dos aspectos del Superyo**: uno es la **consciencia**, constituida por la internalización de los castigos y advertencias. El otro es llamado el **Ideal del Yo**, el cual deriva de las recompensas y modelos positivos presentados al niño. La consciencia y el Ideal del Yo comunican sus requerimientos al Yo con sentimientos como el orgullo, la vergüenza y la culpa.

Es como si en la niñez hubiésemos adquirido un nuevo conjunto de necesidades y de deseos acompañantes, esta vez de naturaleza más social que biológica. Pero, por desgracia, estos nuevos deseos pueden establecer un conflicto con los deseos del Ello. Ya ve, el Superyo representaría la sociedad, y la sociedad pocas veces satisface sus necesidades.

Pulsiones de Vida y Pulsión de Muerte

Freud consideró que *todo el comportamiento humano estaba motivado por las pulsiones*, las cuales no son más que *las representaciones neurológicas de las necesidades físicas*. Al principio se refirió a ellas como **pulsiones de vida**. Estas pulsiones perpetúan (a) la vida del sujeto, motivándole a buscar comida y agua y (b) la vida de la especie, motivándole a buscar sexo. La energía motivacional de estas pulsiones de vida, el oomph

que impulsa nuestro psiquismo, les llamó libido, a partir del latín significante de yo deseo.

La experiencia clínica de Freud le llevó a considerar el sexo como una necesidad mucho más importante que otras en la dinámica de la psiquis. Somos, después de todo, criaturas sociales y el sexo es la mayor de las necesidades sociales. Pero, aunque debemos recordar que cuando Freud hablaba de sexo, hablaba de mucho más que solo el coito, **la libido** se ha considerado como la pulsión sexual.

Más tarde en su vida, Freud empezó a creer que las pulsiones de vida no explicaban toda la historia. La libido es una cosa viviente; el principio de placer nos mantiene en constante movimiento. Y la finalidad de todo este movimiento es lograr la quietud, estar satisfecho, estar en paz, no tener más necesidades. Se podría decir que la meta de la vida, bajo este supuesto, es la muerte. Freud empezó a considerar que debajo o a un lado de las pulsiones de vida había una **pulsión de muerte**. Empezó a defender la idea de que cada persona tiene una necesidad inconsciente de morir. Parece una idea extraña en principio, y desde luego fue rechazada por muchos de sus estudiantes, pero creemos que tiene cierta base en la experiencia: la vida puede ser un proceso bastante doloroso y agotador. Para la gran mayoría de las personas existe más dolor que placer, algo, por cierto, que nos cuesta trabajo admitir. La muerte promete la liberación del conflicto.

Freud se refirió a esto como **el principio de Nirvana**. Nirvana es una idea budista usualmente traducida como Cielo, aunque su significado literal es soplido que agota, como cuando la llama de una vela se apaga suavemente por un soplido. Se refiere a la no-existencia, a la nada, al vacío; lo que constituye la meta de toda vida en la filosofía budista. La evidencia cotidiana de la pulsión de muerte y su principio de nirvana está en nuestro deseo de paz, de escapar a la estimulación, en nuestra atracción por el alcohol y los narcóticos, en nuestra propensión a actividades de aislamiento.

Ansiedad

El Yo está justo en el centro de grandes fuerzas; la realidad, la sociedad, está representada por el Superyo; la biología está representada por el Ello. Cuando estas dos instancias establecen un conflicto sobre el pobre Yo, es comprensible que uno se sienta amenazado, abrumado y en una situación que parece que se le va a caer el cielo encima. Este sentimiento es llamado *ansiedad* y se considera como una señal del Yo que traduce sobrevivencia y cuando concierne a todo el cuerpo se considera como una señal de que el mismo está en peligro.

Freud habló de **tres tipos** de ansiedades: la primera es la **ansiedad de realidad**, la cual puede llamarse en términos coloquiales como miedo. De hecho, Freud habló específicamente de la palabra miedo, pero sus traductores consideraron la palabra como muy mundana.

La segunda es la **ansiedad moral** y se refiere a lo que sentimos cuando el peligro no proviene del mundo externo, sino del mundo social interiorizado del Superyo. Es otra terminología para hablar de la culpa, vergüenza y el miedo al castigo.

La última es la **ansiedad neurótica**. Esta consiste en el miedo a sentirse abrumado por los impulsos del Ello. Si en alguna ocasión usted ha sentido como si fuésemos a perder el control, su raciocinio o incluso su mente, está experimentando este tipo de ansiedad. Neurótico es la traducción literal del latín que significa nervioso, por tanto podríamos llamar a este tipo de ansiedad, **ansiedad nerviosa**. Es este el tipo de ansiedad que más interesó a Freud y nosotros le llamamos simple y llanamente ansiedad.

Los Mecanismos de Defensa

El Yo lidia con las exigencias de la realidad, del Ello y del Superyo de la mejor manera que puede. Pero cuando la ansiedad llega ser abrumadora, el Yo debe defenderse a sí mismo. Esto lo hace bloqueando inconscientemente los impulsos o distorsionándoles, logrando que sean más aceptables y menos amenazantes.

Estas técnicas se han llamado mecanismos defensivos yoicos y tanto Freud como su hija Anna, así como otros seguidores han señalado unos cuantos.

La Negación se refiere **al bloqueo de los eventos externos a la consciencia**. Si una situación es demasiado intensa para poder manejarla, simplemente nos negamos a experimentarla. Como podrían suponer, esta defensa es primitiva y peligrosa (nadie puede desatender la realidad durante mucho tiempo). Este mecanismo usualmente opera junto a otras defensas, aunque puede funcionar en exclusiva.

La Represión, defensa que Anna Freud llamó también olvido motivado es simplemente **la imposibilidad de recordar una situación, persona o evento estresante**. Esta defensa también es peligrosa y casi siempre va acompañada de otras más.

Anna Freud habla de un ejemplo en concreto que es particularmente especial: una chica joven, acosada de una culpa importante por sus fuertes deseos sexuales, tiende a olvidar el nombre de su novio, aún cuando le está presentando a sus amistades. O un alcohólico que no puede recordar su intento de suicidio, argumentando que debió haberse bloqueado. O alguien que casi se ahoga de pequeño, pero es incapaz de recordar el evento aunque los demás intenten recordárselo pero presenta un miedo terrible a los lagos y mares.

Nótese que para que haya un verdadero ejemplo de defensa, debe funcionar de forma inconsciente (Laplanche y Pontalis en su Diccionario de Psicoanálisis Ed. Labor, 1993– establecen que *la defensa adquiere a menudo un carácter compulsivo y actúa, al menos parcialmente, inconscientemente*)

Ascetismo es la renuncia de las necesidades es una de las defensas que menos hemos oído hablar, pero se ha puesto nuevamente de moda con la emergencia del trastorno llamado anorexia. Los pre-adolescentes, cuando se sienten amenazados por sus emergentes deseos sexuales, pueden protegerse a sí mismos inconscientemente a través de negar no sólo sus deseos sexuales, sino también todos sus deseos. Así, se embarcan en una vida como si fueran monjes, con una tendencia

ascética donde renuncian a cualquier interés sobre lo que los demás renuncian.

En los chicos de hoy hay un interés marcado en la autodisciplina de la artes marciales. Afortunadamente, las artes marciales no solo no hacen (mucho) daño, sino que incluso pueden ayudarles. Por el contrario, las chicas de nuestra sociedad desarrollan con mucha frecuencia un interés importante por alcanzar estándares artificiales de belleza basados en la delgadez. Considerando la teoría freudiana, la negación de estas chicas a comer es una tapadera de su negación a su desarrollo sexual. Y desde luego que la sociedad aumenta la presión. ¡Lo que para otras sociedades representa una mujer madura es para nosotros una mujer con 20 libras de más!.

Aislamiento (también llamado *intelectualización*) consiste en separar la emoción (o el afecto) de un recuerdo doloroso o de un impulso amenazante. La persona puede reconocer, de forma muy sutil, que ha sido abusada de pequeña, o puede demostrar una curiosidad intelectual sobre su orientación sexual recién descubierta.

En situaciones de emergencia, hay algunas personas que se sienten completamente calmados e íntegros hasta que se haya pasado la situación difícil, y es entonces cuando se vienen abajo. Algo te dice que te mantengas entero mientras dure la emergencia. Es bastante común que nos encontremos con personas totalmente inmersas en obligaciones sociales alrededor de la muerte de un ser querido. Los médicos y las enfermeras deben aprender a separar sus reacciones naturales de su ejercicio profesional cuando están en presencia de pacientes heridos, o cuando necesitan operarles, o simplemente cuando tienen que clavar una aguja. Deben tratar al paciente como algo menos que humanos cálidos con familias y viviendo una vida similar a la de ellos. Muchos adolescentes se dirigen a ver en masa las películas de terror, e incluso se obsesionan con la cuestión, quizás para lograr combatir el miedo real. Nada demuestra el aislamiento más claramente que un cine lleno de gente riéndose históricamente ante el descuartizamiento de un ser humano en la pantalla.

El **Desplazamiento es la redirección de un impulso hacia otro blanco que lo sustituya**. Si el impulso o el deseo es aceptado por ti, pero la persona al que va dirigido es amenazante, lo desvías hacia otra persona u objeto simbólico. Por ejemplo, alguien que odia a su madre puede reprimir ese odio, pero lo desvía hacia, digamos, las mujeres en general. Alguien que no haya tenido la oportunidad de amar a un ser humano puede desviar su amor hacia un gato o un perro. Una persona

que se siente incómodo con sus deseos sexuales hacia alguien, puede derivar este deseo a un fetiche. Un hombre frustrado por sus superiores puede llegar a casa y empezar a pegar al perro o a sus hijos o establecer discusiones acaloradas.

Agresión contra el propio self (Utilizaremos aquí el propio término en inglés para referirnos al sí mismo, ya que en la psicología en español se usa con mayor frecuencia el vocablo en inglés self) **es una forma muy especial de desplazamiento y se establece cuando la persona se vuelve su propio blanco sustitutivo**. Usualmente se usa cuando nos referimos a la rabia, irritabilidad y la agresión, más que a impulsos más positivos. Constituye la explicación freudiana para muchos de nuestros sentimientos de inferioridad, culpa y depresión. La idea de que la depresión es muchas veces el producto de la rabia contra un objeto (persona) que no queremos reconocer, es ampliamente aceptada por freudianos y otros de diversas corrientes.

Proyección o desplazamiento hacia fuera, como Anna Freud le llamó, es casi completamente lo contrario de la agresión contra el propio self. **Comprende la tendencia a ver en los demás aquellos deseos inaceptables para nosotros**. En otras palabras; los deseos permanecen en nosotros, pero no son nuestros. Confieso que cuando oigo a alguien hablar sin parar sobre cómo está de agresiva nuestra sociedad o cómo está aquella persona de pervertida, no puedo dejar de preguntarme si esta persona no tiene una buena acumulación de impulsos agresivos o sexuales que no quiere ver en ella misma.

Déjenme mostrarles algunos ejemplos. Un marido fiel y bueno empieza a sentir atracción por una vecina guapa y atractiva. En vez de aceptar estos sentimientos, se vuelve cada vez más celoso con su mujer, a la que cree infiel y así sucesivamente. O una mujer que empieza a sentir deseos sexuales leves hacia sus amigas.. En lugar de aceptar tales sentimientos como algo bastante normal, se empieza preocupar cada vez más por el alto índice de lesbianismo en su barrio.

La **Rendición altruista** es una forma de proyección que parece a primera vista como lo opuesto: aquí, **la persona intenta llenar sus propias necesidades de forma vicaria a través de otras gentes**.

Un ejemplo común es el del amigo (siempre conocemos alguno) que en vez de buscar algún amigo o relación por sí mismo, embarca a los demás a que las tengan. Son esos que te dicen curiosamente ¿y qué paso anoche con tu cita? o Qué, ¿ya tienes pareja o no?. Un ejemplo extremo sería el de la persona que vive completamente su vida para y a través de los demás. (La rendición altruista también es común en los grupos ideológicos dogmáticos, incluyendo grupos de ciencia, así como de personas que se someten a una religión por completo o a una vida dedicada únicamente a servir a los demás.).

La **Formación reactiva**, o creencia en lo opuesto, como Anna Freud llamó, **es el cambio de un impulso inaceptable por su contrario**. Así, un niño. Enfadado con su madre, puede volverse un niño muy preocupado por ella y demostrarle mucho cariño. El niño que sufre abusos por parte de un progenitor, se vuelve hacia él corriendo. O alguien que no acepta un impulso homosexual, puede repudiar a los homosexuales.

Quizás el ejemplo más significativo de formación reactiva lo encontramos en niños entre 7 y 11 años. La mayoría de los chicos, sin dudarlo, hablarán mal de las chicas o incluso no querrán saber nada del tema. Las niñas harán lo mismo con respecto a ellos. Pero, si nosotros, los adultos, les vemos jugar, podemos decir con toda seguridad cuáles son sus verdaderos sentimientos.

La **Anulación Retroactiva** comprende **rituales o gestos tendientes a cancelar aquellos pensamientos o**

sentimientos displacenteros después de que han ocurrido. Por ejemplo, Anna Freud mencionaba a un niño que recitaba el alfabeto al revés siempre que tenía un pensamiento sexual, o que se volvía y escupía cuando se encontraba con otro niño que compartiese su pasión por la masturbación.

En personas normales, la anulación retroactiva es, por supuesto, más consciente, pidiendo formalmente excusas o estableciendo actos de expiación. Pero, en algunas personas los actos de expiación no son conscientes en absoluto. Fíjese, por ejemplo, en un padre alcohólico que después de un año de abusos verbales y quizás físicos, regala los mejores juguetes a sus hijos en Navidad. Cuando pasa la época navideña y percibe que sus hijos no se han dejado engañar por los regalos, se vuelve al bar de siempre y le comenta al camarero lo desagradecida que es su familia, lo que le lleva a beber.

Uno de los ejemplos clásicos de esta defensa es el lavarse después de una relación sexual. Sabemos que es perfectamente común lavarse después de esto, pero si usted tiene que ducharse durante tiempo y frotarse concienzudamente con un jabón fuerte, quizás el sexo no le va mucho.

La **Introyección**, muchas veces llamada identificación, comprende la **adquisición o atribución de características de otra persona como si fueran de uno**, puesto que hacerlo, resuelve algunas dificultades emocionales. Por ejemplo, si se le deja solo a un niño con mucha frecuencia, él intenta convertirse en papá de manera de disminuir sus temores. En ocasiones les vemos jugando a con sus muñecos diciéndoles que no deben tener miedo. También podemos observar cómo los chicos mayores y adolescentes adoran a sus ídolos musicales, pretendiendo ser como ellos para lograr establecer una identidad.

Un ejemplo más inusual es el de una mujer que vive al lado de mis abuelos. Su esposo había muerto y ella comenzó a vestir en sus ropas, aunque prolijamente adaptada a su figura. Empezó a presentar varios de sus hábitos, como fumar en pipa. Aunque para los vecinos, todo esto era extraño y le llamaban el hombre-mujer, ella no presentaba confusión alguna con respecto a su identidad sexual. De hecho, más tarde se casó, manteniendo hasta el final sus trajes de hombre y su pipa.

Debo agregar en este momento que en la teoría freudiana, el mecanismo de identificación es aquel a través del cual desarrollamos nuestro Super-yo.

Identificación con el Agresor es una versión de la introyección que se centra en **la adopción no de rasgos generales o positivos del objeto, sino de negativos**. Si uno está asustado con respecto a alguien, me convierto parcialmente en él para eliminar el miedo.

Dos de mis hijas, las cuales se han criado con un gato de bastante mal genio, recurren muchas veces a maullar y chillar para evitar que salga repentinamente de un armario o de una esquina oscura y vaya a morderle los tobillos.

Un ejemplo más dramático es aquel llamado Síndrome de Estocolmo. Después de una crisis de rehenes en Estocolmo, los psicólogos se sorprendieron al ver que las rehenes no solo no estaban terriblemente enojadas con sus captores, sino incluso sumamente simpáticas hacia ellos. Un caso más reciente es el de una mujer joven llamada Patricia Hearst, proveniente de una familia muy influyente y rica. Fue secuestrada por un pequeño grupo revolucionarios autoproclamados conocidos como el Ejército de Liberación Simbionés. La retuvieron armarios, la violaron y maltrataron. A pesar de esto, decidió unirse a ellos, haciendo pequeños videos de propaganda para éstos e incluso portando un arma de fuego en un atraco cometido a un banco.

Posteriormente a su detención, sus abogados defendieron con fuerza su inocencia, proclamándole como víctima, no como una criminal. No obstante, fue sentenciada a 7 años de prisión por el robo al banco. Su sentencia fue conmutada al cabo de dos años por el presidente Carter.

La Regresión constituye una vuelta atrás en el tiempo psicológico cuando uno se enfrenta a un estrés.

Cuando estamos en problemas o estamos atemorizados, nuestros comportamientos se tornan más infantiles o primitivos. Un adolescente puede empezar a reirse descontroladamente en una situación de encuentro social con el sexo opuesto. Un estudiante preuniversitario debe traer consigo un muñeco de peluche de casa a un examen. Un grupo de personas civilizadas se pueden volver violentas en un momento de amenaza. O un señor mayor que después de 20 años en una empresa es despedido y a partir de ese momento se vuelve perezoso y dependiente de su esposa de una manera infantil.

¿A dónde nos retiramos cuando nos enfrentamos al estrés?. De acuerdo con la teoría freudiana, a un tiempo de la vida donde nos sentimos seguros y a salvo.

El mecanismo de Racionalización es la distorsión cognitiva de los hechos para hacerlos menos amenazantes. Utilizamos esta defensa muy frecuentemente cuando de manera consciente explicamos nuestros actos con demasiadas excusas. Pero, para muchas personas con un Yo sensible, utilizan tan fácilmente las excusas, que nunca se dan cuenta de ellas. En otras palabras, muchos de nosotros estamos bastante bien preparados para creernos nuestras mentiras.

Una buena forma de entender las defensas es verlas como una combinación de negación o represión con varias clases de racionalizaciones.

Todas las defensas son, de hecho, mentiras, incluso si no somos conscientes de ellas. Es más, si no nos damos cuenta de ellas, son aún más peligrosas, si cabe. Como su abuela le dice: Ay, cómo nos complicamos la vida. Las mentiras traen más mentiras y nos lleva cada vez más lejos de la verdad, de la realidad. Después de un tiempo, el Yo no puede preservarnos de las demandas del Ello o empieza a hacerle caso al Superyo. Empieza a surgir fuertemente la ansiedad y nos venimos abajo.

Pero aún así, Freud consideró que las defensas eran necesarias. No podemos esperar que una persona, especialmente un niño, pueda con todo el dolor y las penas que la vida le depara. Aunque algunos de sus seguidores sugirieron que todas las defensas podían utilizarse con fines positivos, Freud dijo que solo había una, la sublimación.

La Sublimación es la transformación de un impulso inaceptable, ya sea sexo, rabia, miedo o cualquier otro, en una forma socialmente aceptable, incluso productiva. Por esta razón, alguien con impulsos hostiles puede desarrollar actividades como cazar, ser carnicero, jugador de rugby o fútbol o convertirse en mercenario. Una persona que sufre de gran ansiedad en un mundo confuso puede volverse un organizado, o una persona de negocios o un científico. Alguien con impulsos sexuales poderosos puede llegar a ser fotógrafo, artista, un novelista y demás. Para Freud, de hecho, toda actividad creativa positiva era una sublimación, sobre todo de la pulsión sexual.

Los Estadios

Como mencioné antes, para Freud la pulsión sexual es la fuerza motivacional más importante. Éste creía que esta fuerza no era solo la más prevalente para los adultos, sino también en los niños, e incluso en los infantes. Cuando Freud presentó sus ideas sobre sexualidad infantil por primera vez, el público vienes al que se dirigió no estaba preparado para hablar de sexo en los adultos, y desde luego menos aún en los niños.

Es cierto que la capacidad orgásmica está presente desde el nacimiento, pero Freud no solo hablaba de orgasmo. La sexualidad no comprende en exclusiva al coito, sino todas aquellas sensaciones placenteras de la piel. Está claro que hasta el más mojigato de nosotros, incluyendo bebés, niños y adultos, disfrutamos de las experiencias táctiles como los besos, caricias y demás.

Freud observó que en distintas etapas de nuestra vida, diferentes partes de la piel que nos daban mayor placer. Más tarde, los teóricos llamarían a estas áreas zonas erógenas. Vio que los infantes obtenían un gran monto de

placer a través de chupar, especialmente del pecho. De hecho, los bebés presentan una gran tendencia a llevarse a la boca todo lo que tienen a su alrededor. Un poco más tarde en la vida, el niño concentra su atención al placer anal de retener y expulsar. Alrededor de los tres o cuatro años, el niño descubre el placer de tocarse sus

genitales. Y solo más tarde, en nuestra madurez sexual, experimentamos un gran placer en nuestras relaciones sexuales. Basándose en estas observaciones, Freud postuló su teoría de **los estadios psicosexuales**.

La etapa oral se establece desde el nacimiento hasta alrededor de los 18 meses. El foco del placer es, por supuesto, la boca. Las actividades favoritas del infante son chupar y morder.

La etapa anal se encuentra entre los 18 meses hasta los tres o cuatro años de edad. El foco del placer es el ano. El goce surge de retener y expulsar.

La etapa fálica va desde los tres o cuatro años hasta los cinco, seis o siete. El foco del placer se centra en los genitales. La masturbación a estas edades es bastante común.

La etapa de latencia dura desde los cinco, seis o siete años de edad hasta la pubertad, más o menos a los 12 años. Durante este período, Freud supuso que la pulsión sexual se suprimía al servicio del aprendizaje. Debo señalar aquí, que aunque la mayoría de los niños de estas edades están bastante ocupados con sus tareas escolares, y por tanto sexualmente calmados, cerca de un cuarto de ellos están muy metidos en la masturbación y en jugar a los médicos. En los tiempos represivos de la sociedad de Freud, los niños eran más tranquilos en este período del desarrollo, desde luego, que los actuales.

La etapa genital empieza en la pubertad y representa el resurgimiento de la pulsión sexual en la adolescencia, dirigida más específicamente hacia las relaciones sexuales. Freud establecía que tanto la masturbación, el sexo oral, la homosexualidad como muchas otras manifestaciones comportamentales eran inmaduras, cuestiones que actualmente no lo son para nosotros.

Estas etapas constituyen una verdadera teoría de períodos que la mayoría de los freudianos siguen al pie de la letra, tanto en su contenido como en las edades que comprenden.

La crisis Edípica

Cada estadio comprende una serie de tareas difíciles propias de donde surgirán multitud de problemas. Para la fase oral es el destete; para la anal, el control de esfínteres; para la fálica, es la crisis edípica, llamada así por la historia griega del rey Edipo, quien inadvertidamente mató a su padre y se casó con su madre.

Veamos como funciona la llamada crisis edípica. El primer objeto de amor de todos nosotros es nuestra madre. Queremos su atención, queremos su afecto, queremos su cuidado; la queremos, la deseamos de una manera ampliamente sexual. No obstante, el niño tiene un rival ante estos deseos, personificado en su padre. Éste es mayor, más fuerte, más listo y se va a la cama con ella, mientras que el chico es desplazado a dormir solo en su habitación. El padre es el enemigo.

Ya en el momento en que el niño se da cuenta de esta relación arquetípica, ya se ha percatado de las diferencias entre niños y niñas, además del pelo largo y los estilos de vestirse. Desde su punto de vista pálido, la diferencia estriba en que tiene un pene, cosa que no tiene la chica. En este período de la vida, éste cree que es mejor tener algo que carecer de ello, por lo que se siente satisfecho y orgulloso de poseerlo.

Pero, aparece la pregunta: ¿y dónde está el pene de la niña?. Quizás lo ha perdido de alguna forma. Quizás se lo cortaron. ¡Quizás lo mismo me puede pasar a mí!. Este es el inicio de la ansiedad de castración, un nombre poco apropiado para definir el temor a perder el propio pene.

Volviendo a la historia anterior, el niño, al reconocer la superioridad de su padre y temiendo a su pene, empieza a poner en práctica algunas de sus defensas yoicas. Desplaza sus impulsos sexuales a su madre hacia las chicas y posteriormente a las mujeres. Y se identifica con el agresor, su papá, e intenta parecerse cada vez más a él; esto es, un hombre. Después de unos años de latencia, entra en la adolescencia y al mundo de la heterosexualidad madura.

La niña también empieza su vida con amor hacia su madre, por lo que se nos presenta el problema de tener que redirigir sus afectos hacia su padre antes de que tenga lugar el proceso edípico. Freud responde a esto con la envidia al pene. La niña ha notado también que ante la diferencia de ambos sexos, ella no puede hacer nada. A ella le gustaría tener un pene también, así como todo el poder asociado a éste. Mucho más tarde podrá tener un sustituto, como un bebé. Como todo niño sabe, se necesita de un papá y una mamá para tener un bebé, de manera que gira su atención y cariño hacia papá.

Pero, papá, por supuesto ya está cogido por alguien. La chica entonces le desplaza por los chicos y hombres, identificándose con mamá, la mujer que posee al hombre que ella verdaderamente desea. Debemos observar que hay algo aquí que falta. La niña no sufre por el poder motivacional de la ansiedad de castración, ya que ella no puede perder lo que nunca ha tenido. Freud pensó que la falta de este tremendo miedo es lo que provocaba que las mujeres fuesen menos firmes en su heterosexualidad que los hombres y un poco menos inclinadas hacia los aspectos morales en general.

Antes de que usted se torne rabioso por esta poco agraciada descripción de la sexualidad femenina, no se preocupe, que muchas personas han respondido a ello. Retornaremos a esto en sección sobre la discusión.

Carácter

Las experiencias que uno va acumulando a lo largo de la vida contribuyen a forjar su personalidad o carácter como adulto. Freud creía que las experiencias traumáticas tenían un efecto especialmente fuerte en esta etapa. Indudablemente, cada trauma en particular podría tener su impacto específico en una persona, lo cual solo podía explorarse y comprenderse sobre una base individual. Pero, aquellos traumas asociados con los estadios de desarrollo por los que todos pasamos, tendrían mayor consistencia.

Si una persona presenta algún tipo de dificultad en cualquiera de las tareas asociadas con estas etapas (el destete, el control de esfínteres o en la búsqueda de la identidad sexual) tenderá a retener ciertos hábitos infantiles o primitivos. A esto se le llama **fijación**.

La fijación provoca que cada problema de una etapa específica se prolongue considerablemente en nuestro carácter o personalidad.

Si, teniendo 18 meses de edad, se encuentra constantemente frustrado en su necesidad de chupar, ya sea porque mamá está incómoda o incluso es muy ruda con usted, o sencillamente quiere destetarle demasiado rápido, usted puede desarrollar un carácter oral-pasivo. Una personalidad de este tipo tiende a depender mucho de los demás. Usualmente buscan gratificaciones orales tales como comer, beber y fumar. Es como si estuviesen buscando los placeres que se perdieron en la infancia.

Cuando tenemos entre 5 y 8 meses de edad, empezamos la dentición. Una acción que nos satisface mucho en este período es morder todo lo que esté a nuestro alcance, como por ejemplo, el pezón de mamá. Si esta acción es causante de displacer o se corta demasiado rápido. Podremos desarrollar entonces una personalidad oral-agresiva. Estas personas retienen de por vida un deseo de morder cosas, como lápices, chicles, así como personas. Tienden a ser verbalmente agresivos, sarcásticos, irónicos y demás.

En el estadio anal estamos fascinados con nuestras funciones corporales. Al principio, podemos hacerlo de cualquier forma y en cualquier lugar. Posteriormente, sin razón aparente empezamos a comprender que

podemos tener control sobre ello, haciéndolo en ciertos lugares y a ciertas horas. ¡Y los padres parecen valorar sobremanera el producto final de estos esfuerzos!.

Algunos padres se someten a merced del niño en el entrenamiento del control de esfínteres. Le piden de rodillas que lo hagan en el baño, se alegran considerablemente cuando lo hacen bien y se rompe su corazón cuando no lo hacen correctamente. El niño, mientras, es el rey de la casa, y él lo sabe. Este niño, con esos padres, desarrollará una personalidad anal-expulsiva (también anal-agresiva). Estas personas tienden a ser sensibleros, desorganizados y generosos ante una falta. Pueden ser crueles, destructivos y muy dados al vandalismo y los grafiti. El personaje de Oscar Madison en la película Un par de gruñones (The Odd Couple) es un buen ejemplo.

Otros padres son estrictos. Pueden estar compitiendo con los vecinos a ver cuál de los niños controla primero los esfínteres (muchas personas creen que si un niño lo hace muy pronto en su evolución, es un signo de gran inteligencia). Pueden llegar a usar la humillación o el castigo. Este niño puede perfectamente sufrir de estreñimiento, tratando de controlarse constantemente y desarrollará de mayor una personalidad anal-retentiva. Será especialmente pulcro, perfeccionista y dictatorial. En otras palabras el anal-retentivo está atado por todas partes. El personaje de Félix Unger en la película mencionada es un ejemplo perfecto.

Existen también dos personalidades fálicas, aunque a ninguna de ellas se le ha dado nombre. Si el niño, por ejemplo, es rechazado en demasía por su madre y además amenazado por su padre excesivamente varonil, tendrá posiblemente una sensación muy pobre de autovalía en cuanto a su sexualidad. En este caso, intentaría lidiar con esto o bien declinando

cualquier actividad heterosexual; convirtiéndose en un ratón de biblioteca o llegando a ser el macho de todas las mujeres. En el caso de una niña rechazada por su padre y amenazada por una madre excesivamente femenina, también producirá una autoestima muy baja en el área de la sexualidad. Así, podría llegar a ser un jarrón de flores de adorno y una belleza exageradamente femenina.

En otra situación, si un niño no es rechazado por su madre y más bien es sobreprotegido en sus debilidades por ella mucho más que su padre pasivo, podría desarrollar una opinión de sí mismo bastante grande (lo cual le remitirá mucho sufrimiento al enfrentarse al mundo real y darse cuenta de que los demás no le quieren como su madre lo hizo) y parecer afeminado. Después de todo, no existe ninguna razón por la que tenga que identificarse con su padre. De la misma manera, si una niña es la princesita de papá y su mejor colega y mamá ha sido relegada a una posición casi de sirvienta, la chica será muy superficial y egocéntrica, o por el contrario muy masculina.

Estos distintos caracteres fálicos demuestran un punto importante de la caracterología freudiana: los extremos conllevan a los extremos. Si usted se encuentra frustrado o es demasiado indulgente, tiene problemas.. Y, aunque cada problema tiende a desarrollar ciertas características, éstas últimas pueden ser fácilmente reversibles. Así, por ejemplo, una persona anal-retentiva puede volverse excesivamente generosa o ser bastante desorganizada en algunos aspectos de su vida. Esto puede llegar a ser suficientemente frustrante para los científicos, pero de hecho es la realidad de la personalidad.

Terapia

La terapia de Freud (en el ámbito de la psicología, se utiliza psicoterapia para hablar de terapias psicológicas) ha sido la más influyente de todas, a la vez que la parte más influyente también de su teoría. A continuación veremos algunos de sus puntos más importantes:

Atmósfera relajada. El cliente debe sentirse libre de expresar lo que quiera. La situación terapéutica es, de hecho, una situación social única, en la que uno no se debe sentir miedo ante un juicio social u ostracismo. De hecho, en la terapia freudiana, el terapeuta prácticamente desaparece. Añada a esta situación un diván

cómodo, luces tenues, paredes insonorizadas, y el ámbito está servido.

Asociación libre. El cliente puede hablar de cualquier cosa. La teoría dice que con una buena relajación, los conflictos inconscientes inevitablemente surgirán al exterior. Si nos detenemos un poco aquí, no hay que ir tan lejos para observar una similitud entre esta terapia y el soñar. Sin embargo, en la terapia, existe un terapeuta que está entrenado para reconocer ciertos aspectos o pistas de problemas y sus soluciones que el cliente pasa por alto.

Resistencia. Una de estas pistas es la resistencia. Cuando el cliente intenta cambiar de tema, o su mente se le queda en blanco, se duerme, llega tarde o falta a una sesión, el terapeuta dice ¡Ajá!. Estas resistencias sugieren que el cliente, a través de sus asociaciones libres, está cercano a contenidos inconscientes que vive como amenazantes.

Análisis de los sueños. Mientras dormimos, presentamos menos resistencia a nuestro inconsciente y nos permitiremos algunas licencias, de manera simbólica, que florecerán en nuestra consciencia. Estos deseos del Ello proveen al cliente y al terapeuta de mayores pistas. Muchas formas de terapia usan los sueños en sus prácticas, pero la interpretación freudiana es distinta en tanto tendencia a hallar significados sexuales en ellos.

Paráfrasis. Una paráfrasis es un desvío del discurso verbal. (muchas veces este acto supone una invasión directa de contenidos inconscientes o del Ello, llamado también lapsus linguae.). Freud creía que estos fallos o desvíos también sugerían pistas para llegar a conflictos inconscientes. También se interesó por los chistes que sus clientes contaban. De hecho, creía que cualquier cosa que dijera el paciente siempre significaba algo; equivocarse de número al llamar por teléfono,

desviarse de ruta, decir mal una palabra, suponían serios objetos de estudio para Freud. No obstante, como él mismo mencionó, en respuesta a un estudiante que le preguntó cuál era el significado simbólico de un cigarro, el contestó que a veces, un cigarro no es más que un cigarro. ¿O no?.

Otros seguidores de Freud desarrollaron un interés especial sobre los test proyectivos, como el famoso test de manchas Rorschach. La teoría base de este test es que cuando se presenta un estímulo vago, el cliente lo completa con sus propios temas inconscientes. Una vez más, esto puede proveer de más pistas al terapeuta.

Transferencia, catarsis e introspección. (Usaremos indistintamente insight e introspección para referirnos al mismo fenómeno.)

La transferencia ocurre cuando un cliente proyecta sentimientos sobre el terapeuta que de manera más bien tienen que ver con otras personas importantes. Freud entendía que la transferencia era necesaria en la terapia para traer a la luz aquellas emociones reprimidas que habían estado causando problemas al paciente por tanto tiempo. Por ejemplo, uno no puede sentirse verdaderamente rabioso si no existe una persona con la que estarlo. Contrariamente al pensamiento popular, la relación entre el terapeuta y el cliente en la teoría freudiana es muy cercana, aunque se establece de manera que no pueda traspasar unos límites.

La catarsis es la explosión súbita y dramática que ocurre cuando el trauma resurge. ¡Las letras pequeñas de un contrato no están ahí de adorno!.

La introspección es el estado de alerta ante la fuente de la emoción o de su fuente traumática. Se alcanza la mayor parte de la terapia cuando el insight y la catarsis se han experimentado. Aquello que debió ocurrir hace muchos años y que por ser muy pequeños para lidiar con ello o porque la presión era demasiado para nosotros, empieza ahora a surgir, de manera de lograr una vida más feliz.

Freud dijo una vez que el objetivo de **la terapia era simplemente hacer consciente lo inconsciente.**

Discusión

No hay cosa más común que una admiración ciega por Freud y un rechazo igualmente ciego por él. Ciertamente, la postura ideal descansa en algún lugar entre estos extremos. Empecemos por ver algunos defectos de la teoría.

La parte menos popular de la teoría de Freud es el Complejo de Edipo y las ideas asociadas de ansiedad de castración y la envidia del pene. ¿Cuál es la realidad bajo estos conceptos?. Es cierto que algunos niños están muy unidos a su progenitor del sexo contrario y son muy competitivos con el otro de su mismo sexo. Es verdad que algunos niños se preocupan de las diferencias entre chicos y chicas y tienen miedo de que alguien les corte sus penes. No es mentira que algunas niñas también se preocupan con esto y quisieran tener un pene. Y no es incierto que algunos de estos niños retienen estas sensaciones, miedos y aspiraciones hasta la edad adulta.

No obstante, la mayoría de los teóricos de la personalidad sostienen que estas son aberraciones singulares más que universales; excepciones más que reglas. Ocurren en familias que no funcionan como deberían, donde los padres eran muy infelices entre ellos y usaban a los niños en contra del otro. Estos resultados surgen de familias donde los padres denigran literalmente a las niñas por su supuesta falla y hablan de cortarles los penes a los chicos que se portan mal. (Se ha ido demostrando a lo largo del tiempo, que los niños sufren más ante los comandos no verbales y las agresiones encubiertas, que aquellas visiblemente llevadas a cabo. N.T.). Y especialmente ocurren en vecindarios donde la más mínima información sobre la sexualidad no es bienvenida, y los niños solo reciben esa información de otros niños.

Si consideramos al Complejo de Edipo, la ansiedad de castración y la envidia al pene de una manera más metafórica y menos literal, constituyen conceptos muy útiles. Sí que amamos a nuestras madres y padres de la misma forma que competimos con ellos. Los niños probablemente sí aprendemos el comportamiento estándar heterosexual a través de imitar al progenitor del mismo sexo, practicándolo sobre el opuesto. En una sociedad dominada por el varón, tener un pene (ser varón) es mejor que no tenerlo y perder la posición como hombre provoca bastante miedo. Y el hecho de que una mujer aspire a lograr los privilegios de un hombre, más que su órgano masculino, es una cuestión razonable. Pero Freud no nos dijo que tomásemos estos conceptos de manera metafórica. Algunos de sus seguidores sí lo hicieron.

Sexualidad

Una crítica más general de la teoría freudiana recae sobre su énfasis en la sexualidad. Todo, ya sea malo o bueno, es el resultado de la expresión o represión de la pulsión sexual. Muchas personas lo critican, y se preguntan si no habría más fuerzas en juego. El mismo Freud añadió más tarde la pulsión de muerte, pero solo para convertirse en otra de sus ideas menos populares.

Ante todo, quiero aclarar que de hecho, muchas de nuestras actividades están motivadas de alguna manera por el sexo. Si echamos una mirada penetrante a nuestra sociedad moderna, podemos ver como la mayoría de la publicidad usa imágenes sexuales, las películas y los programas de televisión no venden muy bien si no incluyen cierto grado de estimulación, la industria de la moda se basa en un juego continuo de enseñar y esconder y nosotros pasamos una considerable cantidad de tiempo cotidiano jugando a ligar. Pero aún así, no creemos que todo en la vida sea sexual.

Si embargo, el énfasis sobre la sexualidad en Freud no estaba basado en la gran cantidad de sexualidad obvia en su sociedad; más bien estaba basada en la intensa evitación de la misma, especialmente en clases medias y altas y particularmente en mujeres. Lo que olvidamos demasiado fácilmente es que nuestra sociedad ha cambiado bastante en los últimos cien años. Olvidamos que los médicos recomendaban un castigo severo ante la masturbación, que la palabra pierna era sucia, que las mujeres que deseaban sexualmente eran inmediatamente consideradas potenciales prostitutas y que los eventos de la noche de bodas de una recién

casada le tomaban completamente por sorpresa, pudiéndose desplomarse literalmente con solo pensarlos.

Es crédito de Freud, no obstante, el moverse intelectualmente por encima de las actitudes sexuales de su cultura. Ni siquiera su mentor Breuer y el brillante Charcot no pudieron reconocer por completo la naturaleza sexual de los problemas de sus pacientes. El error de Freud fue más una cuestión de generalización extrema y de no tomar en cuenta los cambios culturales. Es irónico ver que muchos de los cambios culturales relativos a actitudes sexuales fueron debidos en parte al trabajo de Freud.

El inconsciente

Un último concepto usualmente criticado es el de inconsciente. En la actualidad, no se discute que algo parecido al inconsciente juega un papel en nuestro comportamiento, pero de manera muy distinta a la naturaleza de cómo fue definido.

Los conductistas, humanistas y existencialistas defienden que a) las motivaciones y problemas atribuidos al inconsciente son bastante menos que los que promulgó Freud, y b) el inconsciente no es el gran recipiente de actividad que él describió. La mayoría de los psicólogos actuales consideran al inconsciente como todo aquello que no necesitamos o no queremos ver. Incluso algunos teóricos ni siquiera usan el término.

En la otra cara de la moneda, por lo menos un teórico, Carl Jung, describió un inconsciente que deja pequeño al de Freud. Pero de este autor hablaremos en su revisión.

Aspectos positivos

Las personas tienen la tendencia desafortunada de pagar el justo por los pecadores. Si no están de acuerdo con las ideas a, b y c, entonces suponen que x, y, z serán del mismo signo. Pero Freud tenía algunas muy buenas ideas, tan buenas que han sido incorporadas a otras teorías, hasta el punto de que olvidamos darle su crédito.

En primer lugar, Freud nos hizo conocer dos fuerzas poderosas y sus demandas sobre nosotros. En un tiempo donde todo el mundo creía en la racionalidad del ser humano, nos demostró cuánto de nuestro comportamiento estaba influenciado por la biología. Cuando la gente consideraba que éramos individualmente responsables de nuestras acciones, nos enseñó el impacto de la sociedad.. Cuando todo el mundo creía que la masculinidad y la feminidad eran roles impuestos por Dios, nos enseñó cómo influía en los mismos los patrones dinámicos familiares. El Ello y el Superyo, las manifestaciones psíquicas de la biología y la sociedad, estarán siempre con nosotros de una forma o de otra.

En segundo lugar está la teoría básica, volviendo a Breuer, de que ciertos síntomas neuróticos son causados por traumas psicológicos. Aunque la mayoría de los teóricos ya no creen que todas las neurosis se pueden explicar, o que es necesario aliviar el trauma para mejorar, es ampliamente aceptado que una niñez llena de rechazo, abuso y tragedia tiende a producir un adulto infeliz.

En tercer lugar está la idea de las defensas yoicas. Aún cuando se sienta incómodo con la idea freudiana de inconsciente, está claro que nos embarcamos en pequeñas manipulaciones de la realidad y de recuerdos de esa realidad para llenar nuestras necesidades, especialmente si éstas son fuertes. Recomendaría que aprendan a reconocer estas defensas: se percatará de que el que tengan nombres será de gran ayuda para verlas en nosotros mismos y en los demás.

Finalmente, Freud estableció claramente una forma de terapia. Salvo para algunas terapias conductuales, la técnica fundamental sigue siendo la cura por la palabra (The talking cure) y envuelve todavía la misma atmósfera de relajación social y física. E incluso cuando algunos autores no crean en la transferencia, la naturaleza altamente personal de la relación terapéutica es considerada en general como algo importante para lograr el éxito.

Algunas de las ideas de Freud están claramente atadas a su cultura y su época. Otras no son tan fáciles de comprobar. Incluso algunas podrían pertenecer más a la propia personalidad y experiencias de Freud. Pero este autor fue un excelente observador de la condición humana y mucho de lo que dijo aún tiene relevancia, tanto que Freud será parte de los libros de personalidad en los años venideros. Incluso cuando algunos teóricos vengan con nuevas teorías sobre cómo funcionamos, compararán sus ideas con las freudianas.

BIBLIOGRAFÍA

Dr. C. George Boeree

Traducción al castellano: Dr. Rafael Gautier

Sigmund Freud. Obras Completas. Amorrortu Editores.

–Freud. Una vida de nuestro tiempo. Peter gay. Paidós.

–Sigmund Freud. Un siglo de psicoanálisis. Emilio Rodríguez. Editorial Sudamericana.