

La teoría de la personalidad de Sigmund Freud

Psicología psicoanalítica

El **Yo** se encuentra justo en el centro de grandes fuerzas:

- El **Superyó**, que representa la realidad, la sociedad.
- El **Ello**, que representa la biología

Es necesario superar los conflictos que se producen entre ellas, especialmente en la infancia, relacionados generalmente con deseos inconscientes de carácter sexual, a fin de no tener más tarde conflictos psíquicos.

La teoría de Freud sobre el desarrollo de la personalidad concede especial importancia a cómo se satisface el instinto sexual durante la vida.

Este impulso consiste en una búsqueda de placer sexual de todo tipo.

A la energía generada por este instinto la llamó **libido**.

A medida que los lactantes van madurando, su libido se va centrando en varias partes sensitivas de su cuerpo.

En el primer año y medio de vida, la fuente dominante del placer sexual para el niño es la boca.

A los 18 meses se centra en el ano.

A los tres años se concentra en los genitales.

Cada fase imprime a la personalidad tendencias que perdurarán en la edad adulta.

La privación del placer o el exceso de satisfacción de la parte del cuerpo correspondiente a cada fase puede provocar la **fijación** de la libido a esa parte de forma duradera, provocando formas inmaduras de sexualidad y ciertos rasgos de la personalidad

Etapas psicosexuales

Etapas oral: desde el nacimiento hasta los 18 meses, el niño obtiene su placer sensual de la boca, los labios y la lengua.

- La satisfacción de sus necesidades depende enteramente de los demás.
- El niño alivia su tensión sexual (libido) succionando y deglutando. Hacia los 8 meses, cuando tiene ya algunos dientes de leche, también se alcanza placer oral masticando y mordiendo.
- Los lactantes que reciben demasiada satisfacción oral pueden convertirse en personas muy **optimistas** y extremadamente **dependientes** de otros en la satisfacción de sus necesidades.

Etapa anal: desde los 18 meses hasta los tres años y medio; la fuente primaria del placer sexual se desplaza de la boca al ano, aunque la estimulación oral sigue procurando un poco de placer.

- Es la época en que los niños empiezan a obtener placer de la retención y excreción de las heces, principia el adiestramiento en el control de los esfínteres y han de aprender a regular un nuevo placer.
- Si los padres son demasiado estrictos o tolerantes, el niño puede permanecer fijado en esta etapa.
- Los berrinches debidos a la excesiva rigidez en el control de los esfínteres puede provocar que algunos niños sean **desordenados** y **destructivos** en su vida adulta.
- Otros reaccionarán reteniendo las heces, llegando a veces a estreñirse; más tarde, esos niños tienden a ser **obstinados**, **tacaños**, **demasiado exactos** y **muy ordenados**.

Etapas fálicas: después de los tres años, más o menos, los niños descubren sus genitales y el placer de la masturbación.

- Es este el período en el que empiezan a sentir un notable apego por el progenitor del sexo opuesto y se sienten celosos del progenitor de su mismo sexo. A esto le dio Freud el nombre de **conflicto de Edipo**.
- El resultado es que el niño se siente atraído y rechazado por su madre, siente miedo y celos violentos hacia su padre. Las mujeres pasan por un conflicto equivalente amando al padre y sintiendo celos por su madre.
- Con el tiempo, los niños resuelven el conflicto de Edipo identificándose con el progenitor de su mismo sexo.
- Un posible resultado de la fijación lo constituyen la **vanidad** y el **egotismo**.
- Los varones suelen expresar tales características al sentirse orgullosos de sus hazañas sexuales y al tratar con desprecio a las mujeres.
- Las mujeres son más propensas a volverse coquetas y a caer en la promiscuidad.
- Freud señala que la fijación fálica también puede originar una **baja autoestima**, un sentido de **falta de aprecio a sí mismo**, **timidez** y **evitación de las relaciones heterosexuales**.

Período de latencia: desde los 5 ó 6 años hasta los 12 ó 13, al terminar el período fálico, Freud afirma que los niños **pierden interés por la conducta sexual** e inician un período de latencia. Los varones juegan con niños y las mujeres lo hacen con niñas, sin que sientan gran interés por personas del sexo opuesto.

Etapa genital: La última etapa psicosexual comienza en la pubertad; en ella aparecen los impulsos sexuales, solo que ahora se dirigen a miembros del sexo opuesto.

Al hacer el amor, el adolescente y el adulto satisfacen los **deseos incumplidos** de su infancia y niñez.

En teoría, a la satisfacción inmediata de los deseos sucede una **sexualidad madura en la cual intervienen la satisfacción propuesta, la responsabilidad y el amor por los demás.**

El psicoanálisis

La **mente consciente** es todo aquello de lo que nos damos cuenta en un momento particular: las percepciones presentes, memorias, pensamientos, fantasías y sentimientos.

El **preconsciente** es lo que podríamos llamar “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 memoria.

En **inconsciente** incluye todas aquellas cosas que no son accesibles a nuestra consciencia, incluyendo muchas que se han originado allí; en él se encuentran nuestros impulsos o instintos, así como aquellas que no podíamos tolerar en nuestra mente consciente, tales como las emociones asociadas a los traumas. El inconsciente es la fuente de nuestras motivaciones, sean simples deseos de comida o sexo, compulsiones neuróticas o los motivos de un artista o científico. Tenemos una tendencia a negar o resistir estas motivaciones de su percepción consciente, de manera que solo son observables de forma disfrazada.

La **realidad psicológica** empieza con el mundo lleno de objetos. Entre ellos hay uno especial: **el cuerpo**. 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).

El **sistema nervioso** del cuerpo posee sensibilidad ante las necesidades corporales.

En el nacimiento, este sistema es 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**. A esta demanda del ello de atender de forma inmediata las necesidades para restablecer el equilibrio corporal le llamó Freud “actuar según el **principio del placer**”.

Aunque la necesidad pueda satisfacerse, al cuerpo no le ocurre lo mismo, sino que la hace más grande y demanda más; este sería el **deseo** irrumpiendo en la consciencia.

Esta traslación de necesidad a deseo constituye el **proceso primario**.

Existe una pequeña proporción de la mente, el consciente, que está agarrado a la realidad a través de los sentidos; alrededor de esta conciencia algo se va convirtiendo en Yo en el primer año de vida.

El Yo se apoya en la realidad a través de su conciencia, buscando objetos para satisfacer los deseos que el ello ha creado para representar las necesidades orgánicas. Esta actividad de búsqueda de soluciones es la llamada **proceso secundario**.

El Yo, a diferencia del Ello, funciona de acuerdo con el **principio de realidad**. Representa la realidad y, hasta cierto punto, la razón.

En su afán por ingeniárselas para mantener contento al Ello, el Yo se encuentra en ocasiones con objetos que ayudan a conseguir su meta, pero también con obstáculos. 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 es lo que se convertirá en Superyó, instancia que no se completa hasta los siete años de edad y que en algunas personas nunca se estructurará.

Hay dos aspectos del Superyó: uno es la **conciencia**, constituida por la internalización de los castigos y advertencias; el otro es el llamado **Ideal del yo**, el cual deriva de las recompensas y los modelos positivos presentados al niño.

Para Freud, la capacidad de discriminación moral que el hombre tiene no es consecuencia de un don divino inscrito desde siempre en nuestra alma e imborrable, como creyó la tradición cristiana (Santo Tomás, por ejemplo), ni tampoco una facultad de nuestra mente ligada a los avatares de la evolución y con sentido adaptativo (como tiende a explicarlo la biología y la psicología evolucionista); este autor consideró que se trata de una habilidad aprendida consecuencia de la socialización temprana, principalmente en el ámbito familiar y dependiente de modo prominente a los efectos de la relación edípica que los niños mantienen con los padres.

El Yo se encuentra justo en el centro de grandes fuerzas:

- La realidad, la sociedad, está representada por el Superyó.
- La biología está representada por el Ello.

La conciencia y el Ideal del Yo comunican sus requerimientos al Yo con sentimientos como el orgullo, la culpa o la vergüenza. Cuando estas dos instancias establecen un conflicto sobre el pobre Yo es comprensible que uno se sienta amenazado, abrumado y en una situación en la que parece que se le va a caer el cielo encima. Este sentimiento es llamado **ansiedad**.

La ansiedad se considera como una señal del Yo que traduce supervivencia 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 la realidad**, la cual puede llamarse en términos coloquiales como miedo.
- La segunda es la ansiedad **moral**, se refiere a lo que sentimos cuando el peligro no proviene del mundo externo, sino del mundo social interiorizado, del Superyó. La culpa, la vergüenza y el miedo al castigo.
- La última es la ansiedad **neurótica**, que consiste en el miedo a sentirse abrumado por los impulsos del Ello, lo que el sujeto percibe como si fuese a perder el control, su raciocinio e incluso su mente.

En definitiva, Freud consideró que todo el comportamiento humano estaba motivado, en última instancia, por las pulsiones, las cuales no son más que las representaciones neurológicas de las necesidades físicas.

En principio se refirió a ellas como **pulsiones de vida**. Estas pulsiones perpetúan tanto la vida del sujeto, motivándole a buscar comida, agua, etc., como la de la especie, motivándole a buscar sexo.

A la energía motivacional de estas pulsiones de vida le llamó **libido** (del latín “yo deseo”).

La finalidad de todo este movimiento es no tener más necesidades. 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**. La persona tiene una necesidad inconsciente de morir.

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, como cuando nos perdemos en un libro o una película y en nuestra apetencia por el descanso y el sueño.

En ocasiones esta pulsión se representa en forma más directa como los deseos de suicidio; y en otros momentos, en la agresión, crueldad, asesinato y destructividad.

Los mecanismos de defensa

El Yo lidia con las exigencias de la realidad, del Ello y del Superyó de la mejor manera que puede. Pero cuando la ansiedad llega a ser abrumadora el Yo debe defenderse a sí mismo. Esto lo hace **bloqueando inconscientemente los impulsos** o distorsionándolos, 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 **Represión**, defensa a la que Anna Freud llamó “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.

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. 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.

“Me pregunta usted quién puede ser la persona de mi sueño. Mi madre, desde luego, no.”(Probablemente sea la madre).

El contenido de una imagen o un pensamiento reprimidos pueden, pues abrirse paso hasta la conciencia, bajo la condición de ser negados. La negación es una forma de percatación de lo reprimido; en realidad, supone ya un alzamiento de la represión, aunque no, desde luego, una aceptación de lo reprimido.

Ascetismo: es la renuncia de las necesidades; una de las defensas de las que menos se ha oído hablar, pero que se ha puesto nuevamente de moda con la emergencia del trastorno llamado “anorexia”. Los preadolescentes, cuando se sienten amenazados por sus emergentes deseos sexuales, pueden protegerse a sí mismos inconscientemente a través de negar, no solo 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.

Aislamiento, también llamado intelectualización, consiste en separar la emoción 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. Algo que debe ser considerado como importante, sencillamente se trata como si no lo fuera.

El **Desplazamiento** es la “redirección” de un impulso hacia otro blanco que lo sustituya. Si el impulso o el deseo es aceptado, pero la persona a la que va dirigido es amenazante, se desvía 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 sienta incómodo con sus deseos sexuales hacia alguien, puede derivar ese deseo hacia 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.

La **Proyección** o desplazamiento hacia fuera es casi completamente lo contrario de la agresión hacia 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. Cuando alguien habla sin parar sobre cómo está de agresiva nuestra sociedad o cómo está aquella persona de pervertida, es posible que esta persona tenga una buena acumulación de impulsos agresivos o sexuales que no quiere ver en ella misma.

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.

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

La **Anulación retroactiva** comprende rituales o gestos tendentes a cancelar aquellos pensamientos o sentimientos displacenteros después de que han ocurrido. Por ejemplo, Anna Freud mencionaba un niño que recitaba el alfabeto al revés, o que se volvía y escupía cuando se encontraba con otro niño que compartiese su pasión por la masturbación.

La **Introyección**, muchas veces llamada “identificación”, comprende la atribución o adquisición de características de otra persona como si fueran de uno, puesto que al hacerlo resuelve algunas dificultades emocionales. Por ejemplo, si se le deja solo a un niño con mucha frecuencia intenta convertirse en papá para disminuir sus temores. En ocasiones se le puede ver jugando 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.

La **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 se convierte parcialmente en él para eliminar el miedo. Por ejemplo, unas niñas criadas con gatos de mal genio recurrían muchas veces a maullar y chillar para evitar que saliera repentinamente de un armario o de una esquina oscura y fuera a morderle los tobillos.

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 niño, por ejemplo, puede empezar a chuparse el dedo nuevamente o a hacer pis si necesita pasarse un tiempo en el hospital. Un adolescente puede empezar a reírse descontroladamente en una situación de encuentro social con el sexo opuesto. Un estudiante universitario 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 veinte años en una empresa es despedido y a partir de ese momento se vuelve perezoso y dependiente de su esposa de una manera infantil.

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 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.

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 poderosos puede llegar a ser fotógrafo, artista, novelista y demás. Para Freud, de hecho, toda actividad creativa positiva era una sublimación, sobre todo de la pulsión sexual.

Interpretación de los sueños

- Dos fuerzas se oponen: el **inconsciente** trata de endosarle el contenido al soñador, mientras que una **fuerza censora** deforma esos sueños.
- El sueño **manifiesto** y distorsionado se diferencia, por tanto, del sueño **latente**, que es el contenido real del inconsciente.
- En su elaboración los pensamientos latentes del sueño se transforman en el sueño manifiesto mediante la **condensación**, el **desplazamiento**, la **representación** y la **simbolización** de los mismos.
- Los sueños siempre son recientes, es decir, tienen como motivo acontecimientos o pensamientos del día anterior.
- Los sueños son regresivos: en el sueño surgen los recuerdos de la infancia temprana.
- Los deseos reprimidos, por ejemplo, el deseo de exhibicionismo o tener relaciones sexuales con uno de los padres, se expresan a veces en imágenes oníricas grotescas.
- El psicoanalista debe interpretar los sueños para descubrir y curar las fuentes de histeria o neurosis.