

## EL PSICOANALISIS

**Sigmund Freud: Nace el 6 de Mayo de 1856 en una provincia del norte del imperio Austro Húngaro llamado Moravia.**

Era el mayor de cuatro hermanos cuyo padre era comerciante de lanas. Cuando Sigmund era adolescente la familia sufrió un gran problema económico por lo cual deben dejar la ciudad, pero dejan a Freud estudiando ahí, ya que sabían que no era un niño normal, era superdotado. Tiene dificultades para estudiar, ya que **era discriminado por ser judío y solo puede elegir las carreras de medicina o abogado, elige la medicina a los 17 años, se especializa en fisiología y neuroanatomía**, con Brentano da paso a la psicología de siglo XIX. Forma una familia de seis hijos con Martha Bernays. Sufre malos momentos económicos por ser judío, no lo dejaban ejercer su profesión. Atiende a pacientes con problemas orgánicos del sistema nervioso, conoce el psicoanálisis gracias a Breuer y aplica la hipnosis y catarsis, **viaja a París con una beca a estudiar cuatro meses con Charcot**, al volver no tuvo un buen recibimiento. Continúa trabajando con la hipnosis y catarsis, pero la primera no le gusto por tres puntos:

No todos son susceptibles de ser hipnotizados.

Algunas personas se niegan a creer lo que les dicen cuando despiertan.

Cuando se encuentran soluciones algunos problemas aparecen otros problemas.

Por esto se separa de Breuer y **comienza a investigar sobre problemas sexuales. En 1895 junto a Breuer publican un libro en donde unen todos sus conocimientos.**

**En su trabajo emplea la catarsis** (desahogo en especial de emociones a través de elementos autoexpresivos, se basa en la conversación), se da cuenta que existe una relación en el psicoanálisis debido a que en ambas se lograba un conocimiento oculto de las emociones de las personas, se hace una autohipnosis de sus sueños que se convierte en otra terapia del psicoanálisis, comienza a tener discípulos como Adler, cuando ya había adquirido fama por sus conocimientos comienza la segunda guerra mundial durante la cual queman sus creaciones y tratan de alejarlo de la sociedad. En 1923 le da cáncer a la mandíbula la cual acarrea durante 16 años y **muere el 23 de Septiembre de 1939 en Inglaterra.** Sus discípulos se preocuparon de difundir su pensamiento, entre los más importantes se encuentran Carl Jung, Karen Horney, Carl Rogers, Erik Erikson, Alfred Adler y Jacques Lacan.

### Postulados de Freud:

**Los orígenes del psicoanálisis comenzaron con una historia clínica con una paciente de Breuer**, que es conocida como **Ana O**. Ella presentaba una serie de síntomas como parálisis del brazo y pierna derecha, náuseas, dificultades en la visión, etc. La terapia consistió en que ella hablara lo primero que se le viniera a la mente. Después de relatar varias historias los síntomas fueron desapareciendo poco a poco y Ana lo llamó "la curación por conversación".

Breuer concluyó que sus síntomas eran determinados por acontecimientos traumáticos o tensiones del pasado y que tenían un afecto catártico (descarga emocional). Breuer deja el caso por problemas emocionales con la paciente. **Luego Freud recordó el episodio con Ana y comenzó a utilizar en sus pacientes el método de la conversación y concluyó que en el momento del acontecimiento traumático original, el paciente había contenido una intensa emoción que estaba impedida de escapar de manera normal, había encontrado otra salida que se expresaba por un síntoma neurótico.** Los sucesos y las emociones no eran parte de la conciencia, hasta que eran recordados bajo hipnosis.

**Por lo tanto el paciente era inconsciente de estos recuerdos, pero influía en la conducta presente. Freud denominó este proceso resistencia.** Freud creía que esos pensamientos y esas ideas eran *deseos* que surgían en el evento traumático e iban en contra del ideal del YO de la persona, lo que finalmente les causa dolor y se vuelven deseos reprimidos.

### El método psicoanalítico de evaluación e investigación:

Hay un esfuerzo consciente del individuo para recordar los acontecimientos olvidados.

Hay una resistencia que persiste en mantener inconscientes lo recuerdos.

Están las emociones no expresadas que continúan buscando expresión la que al no ser encontrada se expresa con una identidad falsa.

### Freud desarrolló dos procedimientos:

- **La asociación libre:** se basa en la premisa de que ninguna idea es arbitraria e insignificante. Al final, estas ideas conducirán al problema original. Después de la asociación libre el individuo reflexiona en lo que ha dicho. En el proceso, la resistencia es analizada, entendida y debilitada de modo que el deseo es capaz de expresarse de manera más directa.
- **La interpretación de los sueños y lapsus:** los lapsus son actos fallidos. Para Freud todo tiene un significado o explicación, ya que para él existe un motivo para todo, respecto a los lapsus es importante distinguir entre causa y el motivo, el lapsus representa un motivo personal. Existen dos problemas los sueños, estos son la significación psíquica del acto de soñar y la de si los sueños pueden interpretarse. Al sueño se le llama contenido manifiesto del sueño, y al análisis de estos se le llama contenido latente del sueño.
  - **Los sueños se dividen en:**
    - 1) **los que tienen sentido y que son comprensibles.**
    - 2) **los que tienen coherencia y claro sentido, pero que no se como incluir dicho sentido a la vida psíquica.**
    - 3) **los que tienen ambas cualidades (sentido y comprensibilidad), pero son incoherentes y sin sentido.**
  - **También se dividen en clases según el carácter de realización de los deseos en:**
    - 1) **Los que muestran un deseo no reprimido.**
    - 2) **Los que exteriorizan un deseo no reprimido, los que necesitan del análisis.**
    - 3) **Los que si representan un deseo no reprimido lo hacen sin disfraz.**

### La dinámica y el desarrollo de la personalidad:

Para Freud, la naturaleza de nuestros anhelos y deseos reprimidos es erótica, este énfasis en la sexualidad hay que comprenderlo desde la forma en que Freud definió la sexualidad, lo que igualmente para algunas personas ocasiona problemas.

**La importancia de la sexualidad:** Freud sugirió que **el propósito primario de la conducta sexual es el placer**, abriendo así la puerta a una multitud de ideas nuevas. Se incluían en la sexualidad todo aquello que producía placer, aunque no estuviera centrado en lo genitales. **La redefinición de Freud de la sexualidad fue doble:**

- Primero separó el sexo de su restricción precisa anterior a los genitales y a la actividad reproductora.
- Segundo, amplió el concepto de sexualidad para incluir actividades tales como chuparse el dedo y la sublimación que antes se pensaban que no eran sexuales.

**Planteaba que la actividad de los niños era autoerótica, ya que iba en busca del placer.**

### El modelo de mente:

Existieron dos tópicos freudianos:

#### 1. LA PRIMERA:

- a. **El inconsciente:** que no se percata de algo, Freud suponía que las personas no se dan cuenta de la mayor parte de sus pensamientos, sentimientos y deseos, y no pueden hacerlo sin la ayuda del psicoanálisis.
- b. **El pre-consciente:** es un nivel intermedio entre el consciente y el inconsciente. Se relaciona con la realidad, pero toma contacto con el mundo externo y también con el mundo interno. Características:
  1. hay lógica.
  2. hay relación de causa y efecto.
  3. hay cronología

- c. **El consciente:** implica percepción (captar y seleccionar los estímulos que nos rodean y darles un sentido) y está ubicado en un lugar límite entre lo interno y lo externo. También va a tener la capacidad de discriminar los procesos que vienen desde adentro o desde afuera. Este constituye sólo una parte del aparato mental, lo que implica, darnos cuenta de lo que está pasando.

## **2. LA SEGUNDA:**

Freud llegó a creer que las mentes humanas se enfrentan con tres tipos de exigencias antagónicas que son las que vienen del interior del cuerpo, las de la realidad externa y las de las restricciones morales.

Los elementos de la personalidad están en constante competencia por la energía disponible que viene de los instintos de vida y muerte. Dentro de la estructura de la personalidad existen tres procesos que están en constante interacción:

- a. **ID o ELLO:** componente de la personalidad que yace en el corazón primitivo de la gente; contiene los impulsos básicos que presionan para obtener gratificación inmediata. Es el hogar de los instintos y opera bajo el **principio del placer** sin organización lógica.
- b. **EGO O YO:** componente de la personalidad que emerge en los niños cuando aprenden que hay una realidad independiente de sus propias necesidades u deseos es controlado y lógico y opera bajo el **principio de la realidad**, está comprometido con las necesidades del id, pero toma en cuenta circunstancias, tiempo, etc.
- c. **SUPER EGO O SUPER YO:** es el último en desarrollarse y representa internamente los **valores tradicionales y las normas sociales, representa más lo moral que lo real y se empeña en lograr más la perfección que el placer**. Las funciones del SUPER YO son inhibir los impulsos del ello, persuadir el yo para sustituir objetos realistas por moralistas y busca la perfección (ideal del yo).

### **Las etapas psicosexuales del desarrollo:**

**Hasta o durante los primeros años de vida es decisiva la formación de la personalidad. Existen fases sucesivas que todos los seres humanos presentamos.**

1. **Fase oral(0-2 años):** el placer está en la boca, tanto en echarse cosas en la boca como en escupirlas. Con los dientes el placer es morder. Existe un 100% de dependencia materna los cuales florecen en momentos de angustia u ansiedad.
2. **Fase anal(2-5 años):** control de esfínteres, comienza a adquirir autonomía la defecación es una creación.
3. **Fase fálica(3-6 años):** energía enfocada en genitales, apego sobre el otro sexo y rivalidad con igual sexo, marcada competitividad, sentimiento de represión.
4. **Periodo de latencia(7-pubertad):** inhibición de la energía sexual, energía en sociabilidad, formación fuerte del super YO.
5. **Fase genital(adolescencia):** preocupación por los pares y constitución de actividad sexual

### **Mecanismos de defensa:**

Según Freud **los trastornos relacionados con la ansiedad están moldeados por conflictos que surgen durante los primeros años de la niñez, ya que estas dificultades permanecen inconscientes no pueden explorarse ni resolverse, pero las personas tienen una conciencia vaga de su problema y se sienten frustradas, para enfrentar la situaciones utilizan maniobras protectoras autoengañantes.**

- **Represión:** bloquear un deseo o anhelo de su expresión consciente. Una vez formadas son difíciles de eliminar.
- **Negación:** rehusarse a creer una realidad.
- **Proyección:** atribuir un impulso, actitud o conducta inconscientes a otro individuo.
- **Formación Reactiva:** expresar un impulso opuesto. Incluso a veces puede ser exagerado.
- **Regresión:** retroceder a una forma anterior de expresar un impulso.
- **Racionalización:** estrategia cognoscitiva que implica inventar razones plausibles y aceptables para ocultar las explicaciones reales de uno mismo.

## PSICOANALISIS 4

- **Fantasía.** Se escapa de la ansiedad, imaginando como podría haber sido una situación desagradable y como podría ser una situación futura. Estrategia cognoscitiva para satisfacer necesidades o metas en la imaginación, mientras se escapa de realidades desagradables y que generan ansiedad.
- **Identificación:** modelar la conducta a imitación de alguien más.
- **Desplazamiento.** Satisfacer un impulso con un objeto sustituto. El objeto sustituto rara vez es tan satisfactorio como el objeto original.
- **Sublimación.** Racionalización de un impulso hacia una salida más aceptable desde el punto de vista social. Freud sugirió que la sublimación era crucial para el desarrollo de la cultura y de la civilización.
- **Intelectualización:** estrategia cognoscitiva que maneja situaciones que por lo común generan fuertes sentimientos de una manera distante y analítica.
- **Aislamiento:** es aislar un pensamiento o comportamiento de tal modo que se rompan las conexiones con otros pensamientos.

### Terapias psicoanalíticas:

**Para eliminar los síntomas permanentemente el terapeuta debe ayudar al paciente a descubrir y comprender la fuente del conflicto.** El psicoanálisis busca proporcionar recursos generales e información para manejar las dificultades de la vida y reducir la necesidad del cliente de defensas infantiles. **El logro de estas metas se describe en ocasiones como reorganización de la personalidad.**

### Procedimientos de la terapia:

Durante las sesiones el paciente se acuesta en un diván mientras que el terapeuta se sienta a un lado o en la parte posterior (esto evita que el cliente no se distraiga con libros, adornos, etc.), esta ubicación permite "la invisibilidad" del analista que facilita la transferencia, esta consiste en que como el analista no es visible hace que el terapeuta sea un desconocido y el cliente identifica al terapeuta con una figura de autoridad del pasado (o algunas figuras) implicadas de manera central en el trastorno reprimido (por lo general los padres).

En la terapia psicoanalítica la principal responsabilidad del paciente es la de participar en la libre asociación esta consiste en que los individuos deben permitir que sus mentes deambulen con libertad mientras que suministran una descripción franca de sus pensamientos. Esta asociación logra que el paciente haga a un lado las defensas para que surja de los conflictos. Los terapeutas facilitan el flujo de las asociaciones por medio de preguntas que aclaran el contenido y con reflexiones, ya que atienden de forma muy cercana lo que dice o hace el individuo para que así descubra la naturaleza de los conflictos reprimidos. Otro material importante son los sueños (los que define Freud como la representación de los deseos y que están determinados, hasta el último detalle por ideas cargadas de manera emotiva que se transforman en imágenes visuales. Para desentrañar el verdadero mensaje del sueño, el paciente asocia libremente los elementos principales del sueño hasta que se aclara su sentido.

### Representantes

#### **Alfred Adler**

Teoría distinta a Freud.

El hombre tiene motivos positivos que lo mueven a buscar la perfección social y personal.

Principal formador de la personalidad es la comprensión (luego del esfuerzo del individuo), que es el esfuerzo de la persona por sobreponerse a debilidades reales o imaginarias.

Las personas tratan de vencer su complejo de inferioridad., que es el determinante de la personalidad de los individuos.

El complejo de inferioridad no es negativo, mas bien estimula el desarrollo y el crecimiento personal, pero el quedarse pegados es una patología.

#### **Eric Erikson**

Su punto de vista de la personalidad es socialmente orientado.

El YO juega un papel muy importante.

El desarrollo de la personalidad continua toda la vida.

Es muy importante la relación padre-hijo, ya que le dejan a los hijos la sensación de ser amados u odiados.

El niño debe sentir sus necesidades suplidas.

El niño sólo desarrollara un sentido de identidad seguro si se logra ver como valioso y competente.

Cambio el centro de la teoría de la personalidad de Freud a una teoría del desarrollo.

Existen varias crisis en la vida del individuo:

a) Confianza versus desconfianza.

1. Se sienten sus necesidades satisfechas, serán más confiados en si mismos y en el ambiente.

2. La confianza produce una autosuficiencia que se deriva en una NO ayuda a los demás.

3. Si los padres fallan en desconfianza los infantes pueden ser personas frustradas, temerosos y extremadamente preocupados de su seguridad.

b) Autonomía versus vergüenza y duda.

1. Si el desarrollo de su sociabilidad falla, es decir, de su autonomía como ser, se creará una duda frente a si mismos.

2. Si los padres minimizar los esfuerzo del niño estos se pueden sentir avergonzados y adquirir un sentimiento de inferioridad.

### ***Karen Horney.***

Tanto el ambiente como los aspectos sociales influyen en la información de la personalidad.

El factor más importante son las relaciones humanas que tienen los niños.

La ansiedad es una reacción del individuo ante la amenaza real o imaginaria.

Cuando creemos que el contexto no satisface nuestras necesidades creamos defensas. La ansiedad aumenta cuando las defensas se ven amenazadas.

Existen tres estrategias generales.

Ir hacia : implica sumisión.

Ir contra : implica agresión.

Ir lejos : implica desapego o separación.

### ***Jaques Lacan.***

Sus enseñanzas fueron principalmente de forma oral.

Sus tesis tienen que ver con el lenguaje, adopta ideas del estructuralismo lingüístico.

El inconsciente opera con estructuras y reglas análogas a las del lenguaje, esto supone la entrada del individuo a la sociedad. Estos representan una ausencia y diferencia, ya que se debe abandonar la relación imaginaria con la madre que hasta ese momento el niño percibe como una parte de el mismo. Sólo cuando se abandona esta ilusión narcisista, con frecuencia de modo traumático, se entra en el orden simbólico, entramado de reglas que constituyen el lenguaje y el orden social.

El conflicto entre el yo consciente y la parte de la mente inconsciente, el yo sólo podía ser analizado, nunca "curado".

### ***Carl Jung.***

Interpreta los problemas mentales como un modo patológico de procurar la autorrealización personal y espiritual.

Establece un estrecho paralelismo entre los mitos arcaicos y las fantasías psicóticas, explica las motivaciones humanas en término de energías creativas.

Trata la relación entre lo consciente y lo inconsciente, proponiendo la distinción de tipos de personalidad extrovertida-introvertida.

Hace una distinción entre el inconsciente individual y el inconsciente colectivo (sentimientos, pensamientos y recuerdos que condicionan a cada sujeto incluso en su manera de simbolizar los sueños).

Al integrar el inconsciente colectivo con el personal el individuo alcanza un un estado de individualización o totalidad en si mismo.

### ***Carl Rogers.***

Fundó lo que se conocería como psicoterapia, centrada en el cliente, entendido como sinónimo de paciente. Este método otorga especial importancia a la relación entre terapeuta y paciente. La personalidad del terapeuta influye en el paciente y puede ser utilizada de modo deliberado para conseguir determinados objetivos terapéuticos.