

Fundamentos Psicológicos del Comportamiento

1)

S. Freud
C.G Jung
A. Adler

Prof. Juan Rojo Moreno

Unidad Docente de Psiquiatría y Psicología Médica.
Facultad de Medicina. Universidad de Valencia

La psicología profunda

La parte de la psicología que se ocupa de los puntos a los que no llega la conciencia recibe el nombre de Psicología Profunda o Psicología Dinámica, por ser estas regiones del psiquismo especialmente ricas en fuerzas tensionales.

La formulación moderna de lo que entendemos por inconsciente se la debemos a S. Freud (aunque existiera antes, él dio el sentido y la sistemática actual).

- **LAS ESCUELAS:** Tras el éxito y la difusión de las ideas freudianas se agruparon alrededor de él multitud de discípulos. Con el tiempo estos se fueron desmembrando del tronco principal y dieron una visión personal al psicoanálisis, formándose las diversas escuelas.

A) Escuelas en las que los motivos del inconsciente se encuentran en el pasado: psicoanálisis freudiano y la escuela de A. Adler (aunque ésta última en cierto modo se orienta hacia el futuro).

B) Las escuelas que suponen que la meta de la persona consiste en la armonización de los acúmulos de ambivalencias y opuestos. Según que esta armonización se consiga por la vía interna (consigo mismo) o externa (con los demás) surgieron dos escuelas a la cabeza de las cuales se encuentran C. G. Jung y F. Künkel.

C) Las escuelas trascendentes, quasi espirituales, de grandes concepciones de índole semifilosófico, representadas por V. Frank y A. Maeder.

SIGMUND FREUD

(1856-1939)

Freud considera que la Energía del inconsciente puede manifestarse de dos maneras:

- Lo que Une: Lo erótico (Eros) que es la pulsión sexual o de vida.
- Lo que separa y acaba: Lo tanático (Tanos) o pulsión de muerte, destructiva.

• ASPECTO ERÓTICO

Se manifiesta en lo vital y puede ser descubierto fácilmente en la vida sexual: El motor dinámico del inconsciente, la fuente de energía que se manifiesta en toda la vida psíquica, se encuentra en la Libido o Sexualidad.

La libido es el conjunto de tendencias que tienden a satisfacerse y de cuya satisfacción se obtienen sensaciones de placer (fuerzas internas que buscan la satisfacción).

Pero el mundo externo pone a menudo trabas para la satisfacción, como pueden ser castigos en el niño o ciertos principios de carácter normativo que reprimen la exteriorización y satisfacción de la libido.

Muy tempranamente estos principios represores son asimilados por el sujeto en su propio yo, apareciendo entonces la confluencia de dos mundos de fuerzas antagónicas:

El mundo de la libido (satisfacción, pulsiones) \leftrightarrow mundo de las instancias represoras

ESQUEMA TRIPARTITO de Freud

- 1- Habrá una instancia interna, profunda que se rige por el principio del placer, y que tiende a exteriorizarse: es el ELLO (en inglés "ID") y corresponde al mundo de la libido.
- 2- Una instancia externa, represora, cargada de fuerzas antagónicas a las anteriores, fuerzas provenientes de la cultura, ética y sociedad; constituye el denominado Super-Ego (o Super-Yo).
- 3- Entre el Ello y el Super-Yo hay una zona de intersección, zona en la que ambos mundos entran en contacto y en la que se tiende a establecer un arreglo entre los dos, mediante una censura que aplica al principio del placer el principio de realidad. Es el EGO.

El Ego viene a ser como un diplomático que intenta contentar a ambas partes, a veces frena al Ello y otras veces disfraza los impulsos para que no sean reconocidos por el Super-Yo y puedan ser expresados. Tendrá unos "mecanismos de defensa del Yo".

MECANISMOS DE DEFENSA DEL YO

1-Inhibición del Ello, por el Ego (Represión)

Consiste en hacer desaparecer de la conciencia, mediante el olvido forzado, los contenidos psíquicos cuya presencia sea molesta o angustiante.

a) Negación: El Yo puede en determinados momentos “bloquear” las capacidades perceptivas y comprensivas de algunos sectores de la realidad, cuando éstos le traumatizan excesivamente (Ejemplo: ceguera histérica). “No hay peor ciego que el que no quiere ver ni peor sordo que el que no quiere oír”. Puede originar Resistencia y Oposicionismo: el sujeto se opone ciega y fanáticamente a tratar ciertos temas pues así no alcanza a aquellos que le son conflictivos en su interioridad.

b) Inversión: Se evita el conflicto en el Super-Yo defendiendo la postura contraria al propio impulso (“dime de qué presumes y te diré de qué careces”).

MECANISMOS DE DEFENSA DEL YO (2)

2- Enmascaramiento.

Es un acuerdo entre el Yo y el Ello por el que el impulso del Ello es disfrazado, enmascarado, de manera que no será reprimido por el super-yo al no ser reconocido por éste.

a) Proyección. En lugar de sentir el conflicto en sí mismo, lo siente en el ambiente (en una reunión: “debéis estar cansados, por lo que nos debemos ir” cuando el que está cansado eres tú). Así como en la represión los contenidos tensionales angustiantes son rechazados hacia la profundidad inconsciente, aquí son expulsados de la intimidad subjetiva y proyectados o extroyectados hacia el ambiente u otras personas. Así, el sujeto no se siente culpable y adquiere tranquilidad.

b) Desplazamiento. Desplazamiento de nuestros impulsos sobre otra persona o un objeto. Consideramos tres modalidades de desplazamiento: conversión, racionalización y sublimación.

MODALIDADES DE DESPLAZAMIENTOS

b-1) Conversión. Se convierte un impulso psíquico en un correlato somático, siguiendo un mecanismo simbólico. Es un punto fundamental para que arrancase la medicina psicosomática. Ejemplo: a una persona con problemas laborales cuando está a punto de salir de casa para ir al trabajo le aparecen despeños diarreicos (simbólicamente no es capaz de digerir el problema).

b-2) Racionalización. Es la actividad intelectual destinada a tranquilizar al individuo, casi siempre a posteriori, mediante la creación de motivos que justifican con aparente lógica su conducta. Ejemplo: estudiante que no ha estudiado, racionaliza “hay que vivir la vida”.

b-3) Sublimación. Substitución inconsciente, para un patrón de comportamiento (que origina ansiedad o choca con el sistema) por un patrón de actividad socialmente más aceptable. Tres posibilidades:

- Dejar el impulso pero cambiar el objeto (Ejemplo: me enfado con alguien y doy un manotazo a la pared).
- Cambiar el impulso pero dejar el objeto (Ejemplo: morderse las uñas de los dedos en vez del chupar el dedo).
- Cambiar el objeto y el impulso (Ejemplo: le regañan por chuparse el dedo y pasa a morder la mano de un muñeco contantemente).

MECANISMOS DE DEFENSA DEL YO (3)

- 3- Regresión. Retorno al nivel de la infancia. Comportamientos infantiles en la edad adulta
- 4- Introyección. Es el mecanismo opuesto a la proyección. Tomamos como propias cualidades externas. Así podemos introyectar la agresividad hacia otros.
- 5- Autopunición. El yo se libra de la acción angustiante, del remordimiento o de la censura del Super-Yo infringiéndose voluntariamente una pena o un castigo que pretende compensar, reparar o equilibrar el daño moral que es causa de su malestar.
- 6- Realización imaginaria (ensoñación). Damos por supuesta la realización del deseo y gozamos imaginativamente de sus efectos, sin perjuicio de volver a la realidad en el momento oportuno (un problema importante es cuando una persona realiza excesiva o abusivamente una realización fantástica de la realidad).

FASES EVOLUTIVAS DE LA LIBIDO

1- Fase Oral. Tras el Nacimiento hay una dependencia del sujeto con el ambiente.

Fijación de la libido en la mucosa oral. Se caracteriza por la fijación en la boca del ansia de placer. En un principio todas las zonas de placer estarían distribuidas por todo el organismo pero pronto se concretan en la mucosa buco-labial. Se distinguen dos subetapas:

a) Etapa Sensual. El niño siente un escozor en la boca que se satisface al tomar leche (mamar, biberón). La detención en esta etapa (o su regresión) supondría en el adulto el masoquismo: “ha aprendido a asociar displacer-dolor de sí mismo con satisfacción-recompensa”.

b) Etapa Canibalística. Al salirle los dientes al niño éste muerde más fuerte en el pecho de la madre produciéndole dolor pero para él hay más placer al salir más leche. La detención en esta etapa (o su regresión) supondría en el adulto el sadismo: “ha aprendido a asociar el dolor del otro con la obtención de su placer”.

2- Hacia los 2-3 años: Fase Anal (tres etapas).

a) Etapa anal megalomaniaca. Siente el niño al defecar gran contento al comprobar que está produciendo algo. Se siente orgulloso de su obra y la va mostrando a todo el mundo.

b) Etapa anal retentiva. Para sentirse más satisfecho opta por retener las heces hasta el límite de lo posible siendo mayor el roce con la mucosa anal y le originará mayor satisfacción. La detención en esta etapa originaría de adulto tacañería y el carácter en exceso económico.

c) Etapa anal sádica. Utiliza los excrementos como agresión contra los mayores, amenazando con defecar si no se cumplen sus deseos. Ejemplo: un niño que ya tiene control de esfínteres empieza a tener escapes de heces tras el nacimiento de un hermano menor.

FASES EVOLUTIVAS DE LA LIBIDO (2)

3- **Fase Uretral**. Aproximadamente a los 3-4 años de edad. El niño encuentra placer en el acto de orinar. A veces quedan residuos de esta fase en adultos varones que hacen “campeonatos” para ver quien orina más lejos.

4- **Fase Genital primaria** (5-7 años de edad).

El niño descubre que además de la uretra el órgano genital es una fuente de placer. Esto lo percibirá también al aproximarse al progenitor del sexo opuesto que representa el complemento sexual. Entonces aparecen celos del progenitor del mismo sexo. Es el complejo de **Edipo**. El niño desea tener a su madre para él solo y considera a su padre como “enemigo” y desearía desembarazarse de él. Ejemplo, que vaya el padre a dormir a otro cuarto.

Como “Edipo” es un varón en la mitología griega para aplicar lo mismo a la niña utilizó el más análogo de la mitología: **Electra**. En la niña sería complejo de Electra (este concepto se lo aportó su discípulo C. G. Jung).

Como se sentirá atraído sexualmente por el progenitor del sexo opuesto y tendrá agresividad por el progenitor del mismo sexo, en el caso de resolución sana, es decir, “no neurótica”, al aparecer en el niño el super ego “tu no debes” entonces el niño se identifica con el padre y la niña con la madre. Es decir introyecta (hace suya) la imagen paterna o materna.

Freud considera que el complejo de Edipo/Electra es el momento fundamental para la futura estabilidad psíquica normal o neurótica del niño y según como lo resuelva dependerá el comportamiento futuro de éste.

En esta fase de Edipo- Electra la libido está muy activa y pueden aparecer otros fenómenos como son el “complejo de castración o la envidia del pene”.

Si no se supera adecuadamente esta fase de Edipo o Electra para Freud siempre habrá de adultos síntomas neuróticos.

FASES EVOLUTIVAS DE LA LIBIDO (3)

5- Fase de Silencio Sexual. Hasta los 11 años. Aparece tras la resolución del complejo de Edipo o Electra. Se llama de “silencio sexual” porque el niño no muestra apenas signos de actividad sexual (libido). Se detectan dos etapas:

a) **Etapa del Enigma de la Esfinge**. El niño se preocupa por su origen y el origen de la vida de las demás personas, es la etapa de las preguntas ¿por qué el cielo es azul? ¿por qué los árboles son verdes? ¿de dónde vienen los niños?

El concepto “enigma de la esfinge” también está basado en la mitología griega.

b) **Etapa Narcisista**. Coincide con el periodo final de la etapa del silencio sexual y entonces aparece una atención del niño por su cuerpo, se ocupa de sí mismo y se complace en su corporeidad. Ejemplo: cuando empieza a mirarse mucho en el espejo, ver si los músculos del brazo “hacen bola”, etc.

FASES EVOLUTIVAS DE LA LIBIDO (4)

6- Fase Genital verdadera.

A partir de los 11 años. Comienza en el niño una nueva explosión de la genitalidad, y se suceden varias etapas:

Etapa autoerótica. En este periodo se satisface a sí mismo apareciendo la masturbación, onanismo o ipsación.

Etapa objetal. Tras la autoerótica, se denomina “objetal” pues el sujeto encuentra un objeto sexual en el exterior, fuera de sí.

- Hay un primer periodo homosexual seguido de otro heterosexual que es fundamentalmente genital (fálico-vaginal).

7- Fase de Transferencia Mutua.

Esta fase no fue de especial interés para Freud, pues considera que se sale estrictamente de la evolución de la libido (y de su campo médico). En ella la unión no se resume a los contactos fálico-vaginales sino que se convierte en entrega.

El impulso Tánico (pulsión destructiva)

- La separación entre instintos constructivos (EROS) y destructivos (TANOS) derivó principalmente del estudio del Sadismo y Masoquismo. La mayoría de la obra de Freud está centrada en el impulso erótico y solo en un periodo posterior (y con cierta insistencia de sus discípulos) desarrolló algo el impulso Tánico.
- Freud postula la existencia de este impulso (impulso básico dirigido a deshacer conexiones, a la destrucción) señalando que se puede manifestar en múltiples situaciones. Por ejemplo en la relación erótica que es de por sí constructiva, sin embargo la infiltración del Tanos crea la tensión entre el poseer y ser poseído, lo que conduce a una actitud sádica (en el que posee) y a una actitud masoquista (en el poseído).
- También se infiltra el Tanos culturalmente. Nuestra sociedad reprime el instinto erótico y con esta represión de la libido, del eros, se potencia el impulso tánico. Este aumento de lo tánico lleva a un incremento de la agresividad.
- De la represión y de este conflicto (Eros/Tanos) es de donde nace la cultura, el progreso, pero también la guerra.

EL CONCEPTO DE TRANSFERENCIA Y CONTRATRANSFERENCIA y RESUMEN

- En el transcurso de la terapia aparece el fenómeno fundamental de la **transferencia**. Por ella el paciente proyecta en el analista ideas, sentimientos, deseos y actitudes que pertenecen a su relación con una figura significativa de su pasado (generalmente los padres). Freud señala que este fenómeno ocurre de manera completamente espontánea en las relaciones entre seres humanos, pero cobra una relevancia especial en la relación analítica, convirtiéndose en su instrumento principal para el cambio psíquico del analizante y de su curación. Dos tipos de transferencia: la *positiva*, compuesta por sentimientos de ternura, afecto y amistad. Y la *negativa*, compuesta de sentimientos de hostilidad.
- **La contratransferencia** tiene que ver con los sentimientos e ideas que el propio analista proyecta sobre los pacientes a partir de sus experiencias pasadas, de manera inconsciente. De este modo, la contratransferencia pasa a ser el modo en el que el psicoanalista reacciona ante las transferencias del paciente.

RESUMEN

Para el psicoanálisis freudiano es fundamental valorar en primer lugar en qué estado se encuentra el complejo de Edipo- Electra, en segundo lugar como está de equilibrada la relación del Ello-Ego-Super Ego. Si el super-ego es lo que prevalece se tratará de una neurosis (son los pacientes neuróticos los que fundamentalmente trató Freud). Si prevalece el Ello se trataría de personas “psicopáticas” que apenas fueron tratadas por Freud.

Para Freud la influencia de la infancia en la salud del adulto es etiológica-causal. Conociendo lo que ocurre en la infancia se comprende la enfermedad en el adulto.

Carl Gustav Jung (1875 - 1961)

Nació en 1875 en Suiza. Solitario desde pequeño tenía visiones vivenciadas con gran realismo, por ejemplo: “vio con los ojos del alma una enorme ola que invadía a Europa, ola de sangre sobre las que flotaban restos de ciudades destruidas en esa gran hecatombe”. Cayó en sus manos por “azar” un tratado de psiquiatría y decidió hacerse psiquiatra. Conoce la obra de Freud y entra en 1907 en la Sociedad Psicoanalítica como discípulo de Freud. Acuñó el término “Complejo de Electra” (1910). Ante la vivencia de las fuertes disputas entre A. Adler y S. Freud llega a la conclusión que ambos tenían razón pues la verdad no es absoluta sino relativa y matizada por la “Tipología Psíquica” de quien la observa.

- **TIPOLOGÍA PSÍQUICA de C. G. Jung**

Para Jung hay una indivisible unión entre sujeto y objeto. Hay personas que en esta relación tienen puesto más el acento en el sujeto: son los Introversos. En otros, el acento recae más en el objeto: son los Extroversos. Por lo tanto el introverso deja en su subjetividad una mayor carga psíquica y así ve e interpreta los hechos (al contrario en los extroversos).

Extroversión e introversión no es ser más o menos sociables. Este concepto de extroversión como facilidad social se debe posteriormente a Eysenck. Una persona puede ser introversa según Jung y extroversa según Eysenck si ha conseguido buena compensación temperamental social (aunque a menudo coincide ser extroverso o introverso según Jung y Eysenck el concepto de este último es solo sobre la manifestación social).

Tipología psíquica de C. G. Jung

Tanto en los extrovertidos como en los introvertidos pueden tener una tendencia a predominar en su temperamento uno de los siguientes Procesos Racionales o uno de los Procesos Irracionales.

- **PROCESOS RACIONALES** (ordenativos): El pensar y el sentir.

Cuando predomina el **Pensar**, el individuo es **Reflexivo**. Los procesos psíquicos se ordenan en la categoría de la verdad o falsedad, justo o injusto.

Cuando predomina el **Sentir** el individuo es **Sensitivo**. En él los procesos psíquicos se ordenan en las categorías de lo “bueno o malo”, “bello o feo”.

- **PROCESOS IRRACIONALES**: Sensorialización e Intuición.

En la **Sensorialización** se captan los objetos como elementos. Cuando predomina se dice que el individuo es **Perceptivo**.

En la **Intuición** se muestran fundamentalmente las relaciones entre los elementos y cuando predomina se dice que el sujeto es **Intuitivo**.

Ruptura entre Jung y Freud

Jung fue Presidente del Consejo Psicoanalítico, avalado por Freud, en 1908 y primer Presidente de la Asociación Psicoanalítica Internacional en 1910 y cuando en 1914 dejó la Presidencia comentó Freud: “Por fin nos hemos librado del brutal y beato Jung”.

Varios fueron los motivos de la ruptura entre Jung y Freud

- **1- Concepto de libido.** Para Jung la libido es considerada como “energía”, más abarcante que el concepto freudiano. Jung dudaba que la sexualidad fuera la única causa del comportamiento humano y de la formación de la personalidad. Al igual que los físicos no redujeron a un único “principio”, motor de los trabajos cósmicos, el calor, la gravitación, la electricidad... y se acogieron a un concepto que “comprendiera” a todas estas manifestaciones y lo llamaron “Energía”, C. G Jung igualmente considera que no es la sexualidad el motor del psiquismo sino la “Energía Vital” que en su manifestación psíquica (Libido) se expresa una vez en la persecución del placer sexual, en otras por el afán de dominio, el arte...
- **2- Jung considera que en el inconsciente hay algo más que impulsos sexuales reprimidos.** Para él, el inconsciente individual, que denominó **Sombra**, no solo contiene impulsos sexuales reprimidos sino también los no elegidos en nuestra tipología temperamental (una persona extrovertida tendrá en la sombra un temperamento introvertido y viceversa) y además lo reprimido por la Persona (consciencia) al considerarlo negativo o sin valor.

Ruptura entre Jung y Freud (2)

- **3- El Inconsciente Colectivo o universal y los arquetipos.**

Para Jung el inconsciente no solo tiene contenidos derivados de la experiencia personal sino que en él encuentra una serie de motivos o “complejos” de los que nunca ha tenido el sujeto experiencia alguna y que son compartidos por toda la especie humana. Habría un inconsciente común y en él unas concreciones energéticas que denomina Arquetipos.

a- El Arquetipo sexual es de “sexo contrario” a la manifestación del individuo de manera que:

- El varón tendrá un arquetipo sexual femenino = Anima

- La mujer tendrá un arquetipo sexual masculino = Animus

b- Arquetipo Luz. Se manifiesta en los sueños con símbolos de fuerza.

c- Arquetipo cósmico mediante mandalas (geometría y simetría).

Jung considera que cada ser humano es completo con lo que manifiesta y sus opuestos. En él, si es varón habrá una fuerza inconsciente femenina y en las mujeres una masculina. En todos se puede manifestar el arquetipo Luz o Fuerza y también encontrarse desde lo más personal y consciente (que denomina “Persona”) hasta lo cósmico.

Cuando rompe con Freud elabora su propio sistema de tratamiento psicoanalítico que se basa en el “Proceso de Individuación”

PROCESO DE INDIVIDUACIÓN: Pasos

Jung elabora una teoría de la personalidad. Todo estaría en el individuo pero resolviendo opuestos. La conciencia (Persona) ha de resolverse con su opuesto el inconsciente personal (Sombra). Esta resolución que sería la propia del individuo ha de resolverse ahora frente al Inconsciente Colectivo.

1er. paso- Darse cuenta que el Yo-Persona (máscara o Prosopon) no es el todo uno.

Lo que denomina Jung Persona (o prosopon o máscara) es el consciente. Cada uno tenemos una “mascara = prosopon” consciente en su estar en el mundo e incluso la cambiará según las situaciones. No presentamos nuestra misma máscara en una celebración de alto nivel, en el trabajo, con la familia o con amigos. La Persona representa las actitudes conscientes del individuo hacia el mundo exterior. El primer paso del proceso de individuación es darse cuenta que “no somos” solo nuestra manifestación consciente exterior.

2º paso- El encuentro con la sombra.

La sombra es el subconsciente individual, contiene exigencias y deseos que son reprimidos (en esto coincide con Freud), pero también los que cada persona ha desdeñado por considerarlos sin valor y además los no elegidos en las posibilidades de su tipología temperamental (ejemplo: un sujeto que en su Persona se manifiesta como introvertido y reflexivo, tendrá una sombra extrovertida y sentimental). Cuando bebemos alcohol muchas veces se manifiesta nuestra “sombra”.

PROCESO DE INDIVIDUACIÓN: Pasos (2)

EL INCONSCIENTE COLECTIVO

La singularidad del individuo (la persona y su sombra) “flota” en el océano de la Energía común a todas las singularidades de manifestaciones humanas. A este “océano” lo denominó Jung Inconsciente Colectivo. Y en él reconoció unos focos o núcleos energéticos que denominó Arquetipos. Los arquetipos son autónomos, están organizados como personoides, se activan al contacto con factores externos (arte, doctrinas religiosas, enamoramiento...) y son colosalmente más fuertes que el yo.

- **3er paso- El encuentro con el Arquetipo Sexual (Anima o Animus).**

El arquetipo sexual es del sexo opuesto a la singularidad individual. El varón tendrá un arquetipo sexual femenino que se denomina Anima. La mujer tendrá un arquetipo sexual masculino que se denomina Animus.

El Anima es la mujer interior que lleva todo varón en sus profundidades psíquicas. No se refiere a una mujer en concreto sino al acúmulo energético de “lo femenino”, siendo un “personoide” que engloba la esencia de toda feminidad: la hija, la hermana, la esposa, la madre, la amante... y sus aspectos míticos como la bruja o el hada. Aparece con estas imágenes en los sueños y en el enamoramiento del varón se origina una proyección de su anima en la mujer (proyección que puede retirarse al año de estar juntos y entonces aparecer defectos de la mujer real y concreta, que hasta entonces no se habían visto). El desarrollo del anima tiene 4 etapas: 1ª- simbolizada por la mujer primitiva (ejemplo Eva), 2ª- la mujer romántica (Ejemplo: Helena de Fausto, ya no predomina la genitalidad aunque no está excluida) 3ª- Excluye toda genitalidad, Ejemplo: la virgen del cristianismo vivida como “vas honorabilis” “refugio de pecadores y afligidos” o “estrella de la mañana”. 4ª etapa: simbolizada como la “sapiencia”, sabiduría de lo eterno femenino: Ejemplo, la virgen como “fons sapientiae” (fuente de sabiduría).

El Animus es el “hombre interior” figura arquetípica de “lo masculino” en la mujer. Etapas de desarrollo: 1ª- El hombre salvaje (prototipo Tarzán), 2ª- El hombre romántico o el “aventurero” con especial capacidad de iniciativa o de planificación. 3ª etapa: el animus se transforma en “portador de la palabra”. Se personifica en el Profesor, líder político, etc. 4ª etapa: el Animus es la encarnación del significado. Se personifica en altos filósofos, fundadores de órdenes religiosas o gurús que enseñan los secretos senderos. Ejemplo: Cristo, Gandhi.

Su manifestación simbólica “los principios”.

PROCESO DE INDIVIDUACIÓN: Pasos (3)

En el proceso de individuación, una vez que no nos identificamos con el Yo-persona y asumimos nuestra sombra, entonces la Singularidad (persona y sombra) tiene que adentrarse frente al Inconsciente no individual, el Inconsciente Colectivo

- **4º- El encuentro con el Arquetipo Luz (peligro de inflación psíquica)**

Menos definido por Jung que el anterior arquetipo. Es el arquetipo de lo “sobrenatural”, del más allá, personificado en símbolos de “luminosidad” y de “fuerza”, o potencia deslumbrante. Las imágenes de los sueños y de la fantasía traen un aviso de lo inconmensurable: grandes águilas, enormes cetáceos, volcanes, soles, apocalipsis del mundo, seres gigantescos que abarcan al mundo...

Si el sujeto se ve desbordado y se identifica con la fuerza del Arquetipo Luz corre el peligro de padecer una psicosis, o se siente ser Dios mismo o un profeta de Dios o discípulo de un profeta imaginario. A estos estados Jung los denomina Inflación Psíquica

Con Jung cabe la posibilidad de tratar psicosis mediante psicoanálisis lo cual no era posible con el psicoanálisis freudiano.

- **5º- Encuentro con el Arquetipo cósmico (mandalas)**

Su fundamento son las mandalas (sincronicidad y orden)

Cuando se realiza el proceso de individuación el sujeto ya no está identificado con su conciencia (persona) ni con el inconsciente personal (sombra) sino que está mucho más centrado y se activa un arquetipo latente que denomina “Selbst” (mismidad o “sí mismo”).

RESUMEN MÉTODOS DE TRATAMIENTO

1. Interpretación de los mecanismos del inconsciente según las diferentes teorías.
2. Interpretación de los sueños. Ambos autores lo hacen aunque de diferente manera (diferentes escuelas).
3. Uso de la “asociación libre”: El analista introduce al paciente en la técnica solicitándole que le comunique todos los pensamientos, ocurrencias, ideas o imágenes que se le pasen por la mente, independientemente de que estos le parezcan absurdos, irrelevantes o comprometedores, «sin criticarlos o seleccionarlos”. También se utiliza esta técnica y las asociaciones en relación con los sueños de diferente manera en Freud (todas las asociaciones son válidas) y en Jung (las asociaciones se interpretan en relación al sentido que pueden tener para el sujeto)
4. Llegar a una catarsis o resolución global que actúa sobre toda la personalidad (necesidad de muchas sesiones y tiempo).

ALFRED ADLER
(1870- 1937)

PSICOLOGÍA INDIVIDUAL DE ADLER

Adler en un principio aceptó las teorías de Freud, pero entre 1911 y 1912 se separó del movimiento psicoanalítico freudiano siendo la primera escisión importante. Considera que han de existir otros impulsos diferentes al sexual para explicar el comportamiento humano. Si bien Freud intentó explicar el “porqué” del comportamiento y enfermedad, Adler se centró en estudiar el “para qué” de los fenómenos, siendo por lo tanto más finalista. Aunque para encontrar esta “finalidad” tendríamos que conocer lo que ocurre en los primeros 4-6 años de la vida (por lo que también cree en las motivaciones del pasado).

Tendríamos que conocer el estilo del curso de la vida de modo que conociéramos a la persona en su forma individual de reaccionar.

¿Cómo descubrir el estilo de la vida? ¿Cuál es la raíz del estilo de vida de cada uno?

Para Adler lo importante es que el hombre tome conciencia de su estado.

PSICOLOGÍA INDIVIDUAL DE ADLER (2)

¿Cuál es el estado del hombre?: mientras que los animales pronto se valen por sí mismos, el Ser Humano pronto toma conciencia que no puede valerse por él mismo, sino que está obligado a depender de los demás.

El ser humano nace con un sentimiento primario de invalidez, desamparo o minusvalía (luego traducido por Brachfeld como sentimiento de inferioridad y de ahí lo del “complejo de inferioridad”).

Desde el nacimiento comienzan nuestras frustraciones y por lo tanto una lucha para conseguir triunfar frente a los obstáculos que el mundo nos opone. En la medida que el neonato adquiere conciencia de sí, sufre también el sentimiento de su invalidez o minusvalía. Este sentimiento primario de minusvalía puede aumentar luego por circunstancias orgánicas o familiares.

El ser humano ha de compensar su sentimiento de minusvalía si no quiere sentirse incapacitado. Esta compensación la hace mediante el Afán de Dominio, que será proporcional al sentimiento de minusvalía acumulado. Contra el sufrimiento que esa conciencia de su inferioridad le infringe, se alza en el niño su “protesta viril” alimentada por la ira. Alrededor de los 4-6 años cada uno de nosotros tiene que elegir el propio “estilo de vida”, es decir, adoptar sus técnicas preferidas para lograr los objetivos que espera alcanzar.

El estilo del curso de la vida se va a caracterizar por la búsqueda del poder, del dominio.

PSICOLOGÍA INDIVIDUAL DE ADLER (3)

- **BUSQUEDA DEL PODER, DEL DOMINIO: El carácter neurótico**

Existe el peligro de que en ese momento el niño dé preferencia a las técnicas de engaño o ficción y se constituya lo que Adler denomina “carácter neurótico”.

En el carácter neurótico el proceso dialéctico podría resumirse así:

Quiero tener poder, pero soy débil. Podré tener el poder si suscito la compasión y me ayudan o finjo ser muy fuerte y me temen.

Alternando los dos recursos el individuo aprende a ser “actor” en la comedia de la vida y se queja o amenaza exagerada pero oportunamente con lo que se estratifica en él una serie de “trucos” que según Adler constituyen el “arreglo” o compromiso que caracteriza la desviada y tortuosa fórmula vital del neurótico.

PSICOLOGÍA INDIVIDUAL DE ADLER (4)

- **Interpretación diferente según Adler del “Complejo de Castración” y del Complejo de Edipo**

Así, por ejemplo, lo que Freud denominaba “envidia de pene” en la mujer, lo interpreta Adler como el sentimiento de dominio que tiene la mujer (afán de dominio) sobre el hombre, como compensación a su rol de minusvalía que históricamente le ha dado la sociedad. Para realizar este afán de dominio manejará al hombre afectivamente con todos los recursos a su disposición

En relación al Complejo de Edipo, Adler lo interpreta como el hecho de que el hijo ve un rival en el padre, pues por su autoridad estimula su minusvalía. Para compensar esto quiere dominar al padre y todo lo que representa su autoridad.

El mundo circundante: la familia

- Además del sentimiento primario de minusvalía y del afán de poder aparece un tercer elemento: El mundo circundante.

Las circunstancias que rodean al individuo pueden estimular el sentimiento de afán de poder, o inhibirlo dejando a la persona más minusválida e incapacitada.

En relación con la familia el hecho de ser el primer hijo, el segundo, el último o el hijo único va a establecer unas relaciones especiales que pueden traducirse, en los primeros años de vida, en una postura vital que origina un estilo o sentido de vida.

Hijo único: Se caracteriza por una exageración del amparo que recibe. Sobre él recae toda la atención de los padres que proyectarán en él desmesuradamente sus ilusiones, e intentarán programarlo.

Ante esto el niño puede aceptar la programación o revelarse. Si se revela demasiado tomará posturas opuestas y será un perfecto “antiprogramado”. En ambos casos tendrá amplias posibilidades de ser neurótico.

El mundo circundante: la familia (2)

Hijo Mayor. Comenzarán educándolo como hijo único e intentarán programarlo. Al llegar su hermano se sentirá destronado, pues la atención ahora recae sobre el hermano. Esto puede originar regresiones como querer también el chupete o tener de nuevo dificultad en controlar esfínteres. Revisará inconscientemente sus posibilidades de poder y advertirá dos: Una, será aceptar la programación que considera que le va bien. Otra, será hostilidad hacia los padres y bastará que sus padres quieran una cosa para que él no la quiera. Se hará conservador para intentar mantener su estatus.

Segundo Hijo. Encuentra ya a su hermano delante. Al sentirse menor, por su afán de poder querrá “ser el mayor” y gozar de la prerrogativas de éste: será muy competitivo.

Último Hijo. Si es el último después de una larga lista de hermanos puede tomar dos posturas: Una, sentirse poco valorado ya que todos mandan en él y tomará una dirección diferente a la que suele llevar la familia intentando autoafirmarse como individuo. Otra postura si hay un determinado lapso de tiempo (por ejemplo 8 años tras el penúltimo hijo) los hermanos le protegerán y se volcarán sobre él, siendo entonces como si fuera hijo único.

El mundo circundante: El Sentido Social

Pronto encontrará el niño una barrera que se opone a su avance en el poder: **EL SENTIDO SOCIAL**.

Ante lo social hay dos alternativas:

- 1) Seguir con el deseo de poder puro cueste lo que cueste: será patológico.
- 2) Luchar por conseguir la “Comunidad Social Íntima”, es decir, modificar el afán de poder en un sentido productivo armonizándolo con los sentimientos comunitarios. Así aparecerá la socialización de los impulsos.

Equilibrando estos aspectos el sujeto será normal. El neurótico, por el contrario, no armonizaría estas tres tendencias: minusvalía, afán de poder, mundo social.

El sentido pedagógico de Adler consiste en enseñar en los 5 primeros años de vida este sentido social.

ALFRED ADLER

Pertenece a este autor el mérito de haber hecho notar que las minusvalías orgánicas favorecen la intensificación del sentimiento de minusvalía o inferioridad y facilitan por ende la tendencia al “escape” que motiva la neurosis. Además puso el acento y relieve en los factores sociales y la adopción de un criterio finalista en vez del causal freudiano.

Dio a su psicoterapia un carácter educativo y estimulante. Adler considera que el peligro comienza cuando el ser humano establece barreras mentales y empieza a aislarse de sus semejantes. El mejor medio de prevenir los desequilibrios de la personalidad consiste en evitar que los niños pasen el tiempo ocultos y separados en los rincones: “el niño que rehúye jugar es neurótico o está en camino de serlo” (Schneersonhn).

Paradójicamente Adler llama a su psicología “Individual” cuando ha sido el autor que más ha contribuido a destacar el valor del grupo o comunidad social en la formación de la personalidad humana (E. Mira y López).

• **BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:**

- A) Doctrinas psicoanalíticas. E. Mira y López. Editorial Kapelusz, Buenos Aires, 1963.
- B) Sentimientos de inferioridad. O. Brachfeld. Biblioteca Universal Miracle, 1970.
- C) Las escuelas de psicología profunda. D. Wyss. Editorial Gredos, 1975
- D) Exposición metódica de la psicología de los "complejos" de Carlos Gustavo Jung. M. Rojo Sierra. Editorial Eunibar,1982.