El inconsciente: lo desconocido de la personalidad

Psicología

Alicia Margarita Treviño de Marcos

La conducta humana es producto de la reflexión de los sucesos que vive una persona. En ocasiones, la conducta es impulsiva, surge sin detenerse a pensar y la actuación aparece sin reflexión.

Sin embargo, en ambos casos, la conducta está influída o determinada por sentimientos o consignas que la persona misma desconoce, es decir, se ubican en un nivel de la vida mental inaccesible a la conciencia; desde la teoría psicoanalítica estamos hablando del inconsciente.

Para Sigmund Freud, médico vienés creador del psicoanálisis, el inconsciente es esa parte oculta para la persona misma, es como la "parte de atrás" de la conciencia y, para comprender la personalidad se tiene que incluir y analizar el inconsciente.

Muchas experiencias de la infancia, tanto placenteras (satisfacción inmediata de los impulsos), como displacenteras (frustraciones que el niño tuvo que pasar al aprender a postergar el placer), no son accesibles a la conciencia, ya que permanecen en el inconsciente sin mostrarse directamente pero sí aflorando de manera velada y determinando la conducta.

Existen personas que se preguntan por qué actúan de tal o cual manera si su intención es hacer lo contrario.

Aquí el sistema inconsciente está actuando sin que la persona se percate de ello.

Un ejemplo, entre muchos, es el miedo al éxito. Para la gran mayoría de las personas el objetivo principal de su vida es alcanzar el éxito. Sin embargo, hay quienes contando con grandes capacidades tanto intelectuales como afectivas, no lo logran y se la pasan merodeando la zona del éxito sin llegar hasta ahí. Es posible que en su infancia recibieran mensajes de : "no puedes", "eres un fracaso", "nunca vas a ser alguien en la vida", "eres un tonto", "tu hermano (a) es mejor que tú", etc.En el inconsciente el tiempo no existe, es decir, todo lo que se ubica ahí está vigente aunque cronológicamente haya sucedido mucho tiempo atrás.

Los mensajes negativos recibidos en la infancia afectan en gran medida al individuo y puede verse reflejados en su comportamiento de adulto.

¿Qué sucede entonces? Estas consignas determinan la vida de la persona y su conducta se encamina a cumplirlas: aunque la intención consciente sea ser exitoso, la acción se perfila a fracasar, es decir, el pensamiento no coincide con la conducta, mas bien la conducta responde a las consignas inconscientes de ser incapaz.

Es frecuente escuchar en el consultorio personas que no comprenden por qué actúan de cierta manera, cuando su intención es hacer todo lo contrario. Infinidad de ejemplos hay al respecto: mujeres que sufren en su matrimonio por maltrato o por infidelidad y desean divorciarse pero "algo" las detiene al pensar que no serán capaces de salir adelante solas; niños o jóvenes con alto nivel de inteligencia que, por "alguna razón desconocida" tienen bajo rendimiento escolar; hombres o mujeres muy competentes que se desempeñan en trabajos de menor nivel, no acorde a su capacidad y por "motivos que ni ellos conocen" no buscan un mejor empleo.

Para S. Freud las fuerzas que determinan la personalidad no pueden ser observadas directamente, ya que se "esconden" bajo la capa de la mente consciente; una analogía sería la punta de un iceberg que sale a la superficie a la vista de todos, pero bajo el mar, oculto, está el enorme témpano de hielo, que viene a ser como el inconsciente en la vida mental del ser humano. Algunas experiencias vividas en etapas tempranas no se pueden recordar, aún así tienen una influencia trascendental en el desarrollo de la personalidad.Todas esas consignas y sentimientos que permanecen inconscientes pueden aflorar a la conciencia a través de un proceso de psicoterapia basado en el psicoanálisis. Esto permite que la persona conozca sus necesidades ocultas, es decir, sus motivaciones inconscientes y logre hacer cambios profundos en el funcionamiento de su personalidad. Conocer a profundidad los recursos con que se cuenta, tanto intelectuales como afectivos, así como las limitaciones o aspectos poco favorecidos de la personalidad, permitirá que la persona se libere de mitos equivocados que ha tenido de sí mismo, muchas veces durante gran parte de la vida.

Entre mayor conocimiento tenga una persona de sí misma, mayor será también su libertad de acción.

"El grito", la célebre obra de Munch, es un claro ejemplo de manifestación del inconsciente.

dPsicoterapia y Psicodiagnóstico. Niños, adolescentes y adultos. 044 (81) 8656.9861.

El cuerpo después de 1900

Camilo E. Ramírez Garza

Primera Parte

El debate entre mente y cuerpo es un tema de siglos. Desde la época griega hasta la actualidad se ha argumentado sobre su relación o predominancia. Lo cierto es que tanto al sujeto de la antigüedad como al de la actualidad lejos están de respondérseles sus preguntas: ¿Dónde se origina esto que me pasa?, ¿Qué me sucede?, ¿Por qué siempre lo mismo?, Si me enfermo, ¿yo lo ocasioné? Y si es así, ¿cómo poder evitarlo?; ¿qué relación hay entre enfermedad, pensamientos y emociones?;¡El médico me dijo que es psicológico lo que tengo!, Siento algo en el cuerpo, ¡me duele! pero ya me dijeron que no tengo nada, ¿entonces qué me pasa?, ¿Qué hago si lo que me dijeron que tengo es algo psicológico o psicosomático, que es puro estrés y chiflasón; ¿en realidad los genes influyen en mi?, ¿De que forma lo hacen; aunque tengo una enfermedad, pienso que podría ser debido a... y muchas más.

Lo desconocido tiende a atemorizar y angustiarnos. Regularmente ante algo que no se entiende, que parece ir más allá del marco de referencia disponible se le quita interés. Otra forma de recibir y resolver "eso desconocido que da miedo" es escuchando: ¿qué revela esa nueva experiencia?. ¿Alguien se presta a escuchar?

Hasta antes de 1900, hombres y mujeres afectados por diversos padecimientos fueron tildados de endemoniados y anormales (aún hoy lo son, bajo diversos adjetivos). El gremio médico los consideraba simuladores: gente que fingía sus síntomas y dolencias. La mayoría de los especialistas terminaron por retirarles su interés teórico y técnico (tratamiento) sin por ello resolver el problema, pues seguían sufriendo de parálisis y anestesias; diversos padecimientos que desconcertaban la anatomía y fisiología: quejas de dolor aparentemente inlocalizable; alucinaciones, delirios, etc.-entre muchas más- que evidentemente no podían ser entendidas por el conocimiento de la época.

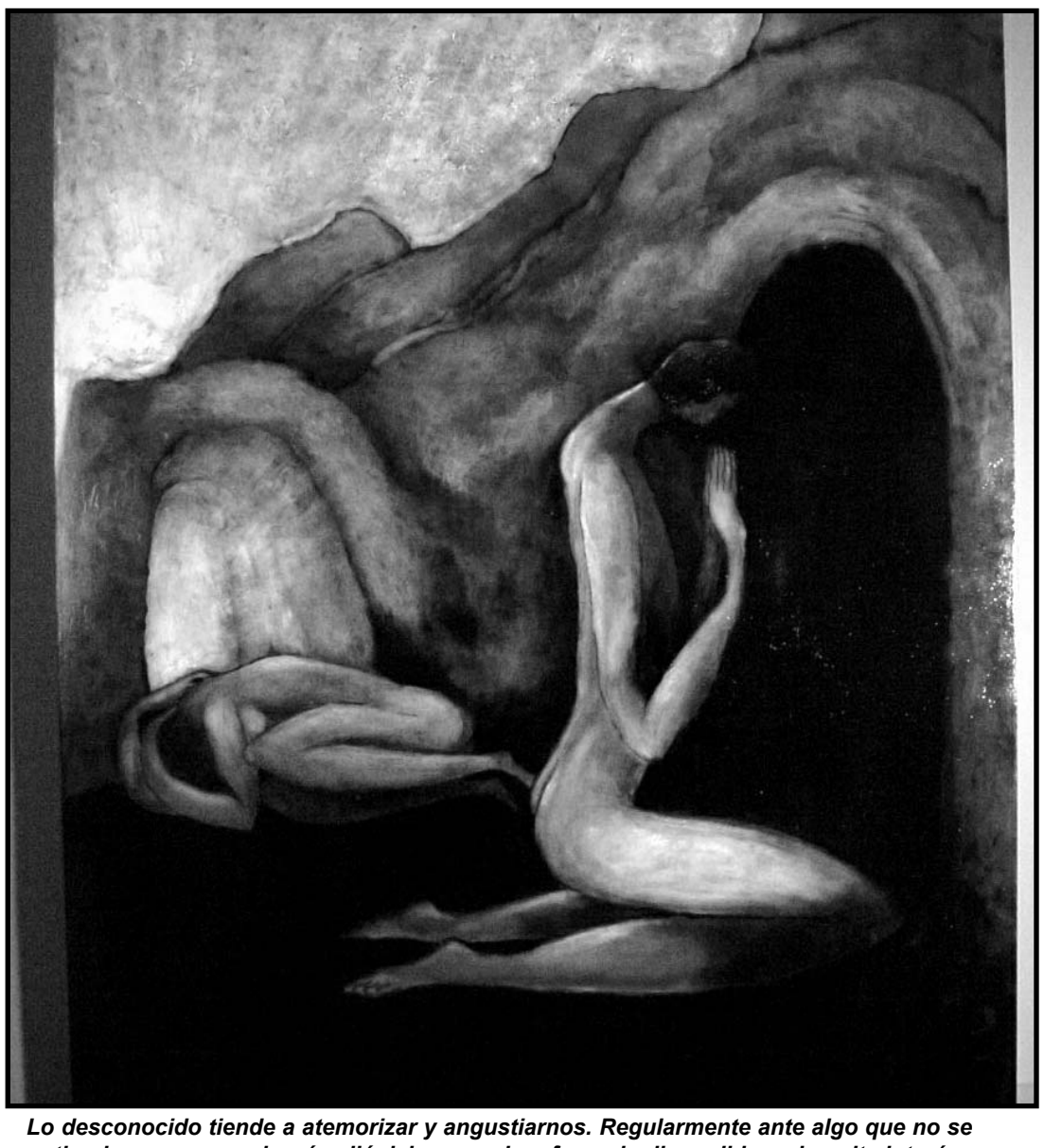
Ante estas realidades, por los años de 1895 en Viena, un joven médico llamado Sigmund Freud fue más allá al escuchar algo que todos oían pero nadie se interesaba realmente en escuchar; se interesó por investigar lo que estaba a la vista de todos, pero nadie notaba. Y así, junto con su colega el Dr. Joseph Breuer trabajaron por tratar de entender lo que les sucedía a estas personas. Reunieron sus observaciones y hallazgos (Breuer, J, y Freud, S. 1895 Estudios sobre la Histeria Buenos Aires: Amorrortu.

Existe amplia bibliografía actualizada al respecto) que revelaron el origen y significado de dichos padecimientos. Es decir, lo que les sucede a estas personas tiene un significado, un sentido; "eso" que les sucede intenta mostrar algo. Ello les permitió descubrir algo acerca del funcionamiento psicológico de cualquier persona y no solo de las llamadas "enfermas" o "anormales".

Freud continuó su trabajo hasta 1939 año de su muerte. (cfr. Freud, S. Obras Completas Buenos Aires: Amorrortu) Sus descubrimientos han revolucionado el entendimiento de la vida mental de los seres humanos: su constitución y desarrollo; las formas en qué actúa el inconsciente; la subjetividad, el desarrollo de la cultura; el sufrimiento, la familia, la lucha de poderes, la infancia, la sexualidad, las relaciones de la vida, el deseo, la muerte... la llamada normalidad y la anormalidad, el papel de los sueños, la educación, el arte, el origen de las religiones, la historia universal, literatura, el desarrollo de las culturas, sociología, conflictos, guerras, antropología, política, ética, psicología, arqueología; en última instancia ¿qué es lo que nos constituye como humanos? Y aún hoy sigue planteando importantes interrogantes.

Antes de 1900 se pensaba que el psiquismo -la mente podríamos decir- era solamente conciente. De acuerdo a la experiencia inmediata (observar y escuchar pacientemente) Freud descubre que hay cosas que las personas no (re)conocen de sí-mismas y que sufren por ese desconocimiento: pues el sufrimiento es consciente, se vive, ¡es real!; pero las causas y el sentido (significado) del mismo, no; estas permanecen inconscientes pero con posibilidad de hacerse conciente. Ello se vive como extraño y raro.

Como si una voluntad ajena se impusiera. Llevándolos a exclamar: ¡¿por qué me pasa esto?! ¿Qué es lo que me sucede?, ¿por qué sueño esto?



Lo desconocido tiende a atemorizar y angustiarnos. Regularmente ante algo que no se entiende, que parece ir más allá del marco de referencia disponible se le quita interés.

Freud da el nombre de Inconsciente a esa parte del psiquismo que no es consciente y que actúa constantemente en la vida de las personas. ¿Y qué es el inconsciente? -se preguntará el lector- Es el sistema psíquico donde no hay tiempo lógico, ni sentido de contradicción, posee un lenguaje figurativo-simbólico, funciona por desplazamiento y condensación; no puede ser entendido con los elementos de la biología o fisiología; y principalmente sus contenidos son desconocidos para el sujeto; advertido indirectamente.

Eso quiere decir que al Inconsciente se le conoce gracias a sus producciones (formaciones del inconsciente) como los sueños, los lápsus, los chistes y los síntomas: el sufrimiento emocional y físico. Pero ¿qué es todo esto? ¡Ya me revolví! -alguien seguramente dirá. Por lo que para adentrarnos en estos menesteres es necesario que intentemos un ejemplo algo simple que nos proporcione cierta claridad, aunque solo sea momentánea e incompleta.

Supongamos que una pareja planea (o sin planearlo va a...) tener un hijo. Imaginan cómo van a decorar el cuarto, qué ropa comprar, muebles, etc; cómo será, qué le gustará, qué nombre le van a poner, en que escuela va a estudiar, cómo lo van a educar, qué representa para cada uno de los padres ese hijo o hija en su deseo (o en su no deseo, sea el caso).

Ya que ese deseo precisamente será el que lo reconocerá como un nuevo ser, miembro de una familia en una sociedad determinada.

Psicoanálisis y Psicologia Clinica.
Centro de Especialistas Médicos San Francisco
Loma Grande #2717 interior 204 Col. Lomas de San Francisco
CP 64710 Monterrey, N.L
tel. 83 46 20 09
camilormz@gmail.com