

# La psicoanalítica Inconsciente

## INTRODUCCION

Con la palabra inconsciente se puede designar, en primer lugar, todo contenido mental que no se encuentra en la conciencia y al que el sujeto únicamente puede acceder con dificultad. Pero, en segundo lugar, este término también se usa para designar uno de los sistemas del aparato psíquico: es la parte no consciente que sólo puede ser consciente con grandes esfuerzos por parte del sujeto, y, en particular, gracias al trabajo de la terapia. En el inconsciente se encuentran los deseos, instintos y recuerdos que el sujeto reprime por resultarle inaceptables, fundamentalmente a causa de sus propias valoraciones morales; es la capa más profunda de la mente y se identifica en gran medida con el ello. Con todo, parte del super-yo también puede incluirse en el inconsciente en la medida en que no siempre el sujeto es consciente de sus propias valoraciones morales y de la actuación de dichas valoraciones en su vida psíquica y su conducta.

La terapia Psicoanalítica ha ido surgiendo, de modo paulatino y progresivamente en los últimos decenios del campo psicoanalítico, como una modalidad de tratamiento junto a la freudiana clásica, más asentada históricamente en las grandes instituciones psicoanalíticas. Resaltamos también que la actualidad de la psicoterapia psicoanalítica tiene sus fundamentos en la teoría y en una práctica clínica psicoanalítica extendida a centros e instituciones relacionadas con el sufrimiento psíquico más diverso y complejo.

Este trabajo intentar dar a conocer los fundamentos básicos de la psicoanalítica inconsciente, como está conformado y los puntos básicos de algunos psicólogo.

## PSICOANALÍTICA INCONSCIENTE



Una vez descubiertos el inconsciente y el método para su prospección, el caudal teórico que de los mismos veremos brotar es inaudito. Hasta este momento me has acompañado en una cierta cronología histórica en la exposición de los hechos y los hallazgos freudianos, pero ahora debemos cambiar de frecuencia e ir presentando la teoría a medida que la vayamos necesitando para nuestros propósitos didácticos.

Empezaremos por donde resulta obligado: por la explicación del inconsciente. De ahí iremos a otros asuntos teóricos con él religados.

## **EL INCONSCIENTE, NERVADURA DE LA TEORÍA PSICOANALÍTICA**



Lo inconsciente es la piedra angular sobre la cual Freud desarrolló y fundamento la teoría y método psicoanalítico. El término aparece en 1896 en la carta número 52 de Freud a Wilhem Fliess, además de contar con vastas referencias a lo largo de su obra y en la obra de otros psicoanalistas, como el francés Jacques Lacan. En términos muy generales, el inconsciente puede considerarse como un recipiente vacío que forma parte de la estructura psíquica; esto es, forma parte de los pensamientos, sentimientos y personalidad de cada individuo. Se le llama inconsciente como oposición a lo consciente. Lo consciente es aquello que se tiene en la cabeza todo el tiempo, mientras que lo inconsciente se refiere a una parte escondida. No se trata precisamente de algo que este debajo de la consciencia (el mismo Freud desechó la idea de llamarlo subconsciente), sino de algo que se encuentra fuera de ella. Es una parte de la mente que se encuentra oculta y de la que se sabe poco.

Lo inconsciente funciona como un cajón donde se guardan todas aquellas experiencias que resultan desagradables o dolorosas, por ejemplo un accidente o la muerte de una persona cercana. Se puede recordar el hecho en sí, pero el sentimiento doloroso se relega o, en palabras de Freud, se reprime a lo inconsciente como una forma de autoprotección. El que una experiencia se almacene en lo inconsciente y aparentemente se olvide, no significa que deje de tener efectos en la vida diaria. Por ejemplo, si se tuvo un accidente automovilístico, el miedo vivido en el mismo se mueve a lo inconsciente y lo único que queda en la consciencia es la sensación de náuseas cada vez que se conduce, encubriendo la verdadera razón del malestar.

Siguiendo con el ejemplo del accidente, la persona puede buscar medicamentos para controlar sus náuseas explicando que sufre vértigo ante el movimiento del coche. La verdadera razón, sin embargo, se encuentra en el miedo no analizado y tramitado que se ha almacenado en lo inconsciente y que, desde ahí, tiene efectos en la vida diaria.

## **PRUEBAS A FAVOR DEL INCONSCIENTE**

Algunos de los argumentos que ilustran su sustantividad. Freud (1901) citaba como tales las

siguientes expresiones:

### **A) Los sueños.**



Una mujer de mediana edad sueña que está frente a una cueva en la que hay unos hombres. Entra y contempla un espectáculo dantesco. Hay un hombre mayor, otro de mediana edad y un adolescente. Los tres están cubiertos de heridas y sangre. En el sueño, la mujer se plantea cómo sacarlos de ahí, ya que desea ayudarlos. Podría cargarlos a la espalda, pero eso representaría un grave peligro para ella, no sabe por qué. Se siente atrapada en un dilema. Punto final, no recuerda nada más. Este sueño fue soñado por una paciente que tuvo un padre seductor, que rechazaba a su esposa y se acercaba en demasía a su hija. A su vez, tiene un hermano, más joven, drogadicto y de vida altamente conflictiva. Y en estos momentos la paciente vive con un hombre que la maltrata psicológicamente, motivo por el cual acudió a consulta. La paciente asocia con la idea de que siempre ha sentido que era su obligación ayudar a los demás, especialmente a su pareja. Ahora lo está intentando, carga con ella, pero su salud física y mental se está resintiendo. No es difícil ver la conexión entre los tres varones del sueño, todos enfermos, y los tres hombres de su vida. Aun dormida, la mente de la paciente representaba, a su modo, escenas y situaciones angustiantes para ella. No quiere esto decir que todos los sueños sean ni tan claros, ni tan estrechamente relacionados con la situación real del sujeto. Hay muchos sueños que no somos capaces de esclarecer.

### **B) Los olvidos.**



Lo mismo podríamos decir con respecto a los olvidos. Los hay de una significación evidente y los hay que, o bien no la tienen, o bien no es posible hallarla. Un ejemplo de los primeros: Juan es un hombre muy atento, metódico y servicial. Su mujer le viene pidiendo, desde hace días, que le compre unas galletas y que sólo se encuentran en la gasolinera donde él suele ir a

repostar. Hoy Juan ha pasado por ahí, ha llenado el depósito de su coche y al llegar a casa se ha dado cuenta de que ha olvidado comprarle a su mujer esas galletas que tanto le gustan. En la sesión de análisis, comentando este olvido, Juan lo asocia a una conversación que mantuvo con un compañero de trabajo. En ella se quejaba de que su mujer «estaba engordando demasiado». ¿De verdad crees que Juan se olvidó las galletas por casualidad?

### C) Actos fallidos.



Se entiende por acto fallido un acto en el cual no se obtiene el resultado explícitamente perseguido –estando éste al alcance del sujeto–, sino otro, que posee una significación inconsciente. Ejemplo rápido: una paciente que se siente muy agradecida a su terapeuta, porque las cosas marchan bien, le paga una sesión de más al finalizar el mes. Tampoco es casual.

### D) Lapsus linguae.



Un adolescente, enamorado y ardiente de deseo sexual con respecto a una compañera de instituto, prepara con ella y otros amigos un examen de matemáticas. En un momento dado, en medio de un arduo problema, el chico le dice a su amada: «Para resolverlo tienes que follar, ay, perdón, tienes que sumar!». Otro ejemplo: Tomás es un hombre muy reticente a gastar en ropa, no le gusta ir de tiendas, se agobia si tiene que probarse ropa nueva y, sobre todo, considera excesivo el precio de la misma. Su novia, Alba, le insiste en la renovación del vestuario. Un día Alba le dice a Tomás: «No te preocupes, hombre, ya te ayudaré en las tiendas, te miraré las tallas, te aconsejaré, incluso te abriré el gastador...» –en lugar de «te abriré el probador».

### E) La risa de los chistes.

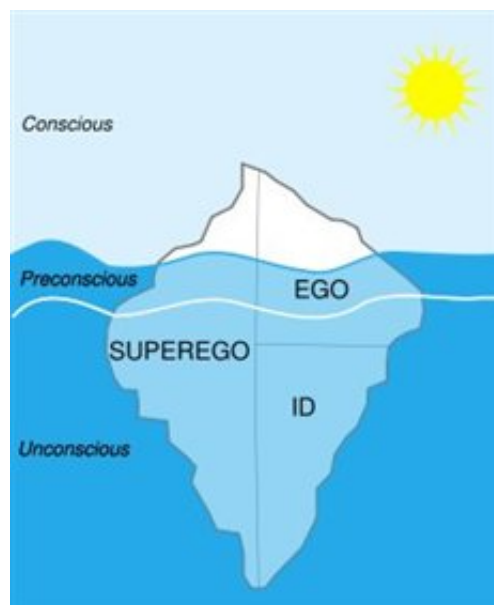


¿Por qué si no eres machista, ni racista, ni homófobo, ni aficionado a la pornografía, a veces te ríes con los chistes que denigran a las mujeres, a los inmigrantes, a los homosexuales o son gruesos en temas de sexo? No, no voy a poner ningún chiste de ejemplo, lo siento. Con esta pregunta bastará para ejemplificar el valor inconsciente de la risa que aparece ante ciertos chistes. Siempre y cuando seas sincero en tu respuesta, claro.

### **F) Los síntomas.**

No todos son fácilmente interpretables, es decir, muestran claramente la actividad del inconsciente. Un ejemplo de uno que sí lo es: Alberto y Rosa llevan tiempo discutiendo si es el momento o no de tener un hijo. Rosa lo ve claro y Alberto aún no. Rosa le da un ultimátum a su esposo: o van a por el hijo ya, o lo abandona. Alberto cede y dejan de usar métodos anticonceptivos. Al cabo de un mes y medio se presentan en la consulta de un sexólogo: Alberto no consigue eyacular de ningún modo. Nunca jamás le había pasado algo semejante. Llegó a creer que tendría algo orgánico, pero el andrólogo lo encontró sin mácula. La terapia se dirigió a sus desavenencias y no a sus cuitas sexuales, como es muy comprensible.

### **PROCESO DE FORMACIÓN DEL INCONSCIENTE**



La formación del inconsciente empieza en los primeros momentos de la vida. Desde que

nacemos, y probablemente antes incluso, experimentamos una enorme cantidad de sensaciones, emociones y vivencias. Pero la cuestión es que nuestro sistema nervioso es tan inmaduro que nos resulta imposible fijarlas en la memoria. Una parte fundamental de nuestra vida, llena de impresiones, turbaciones, experiencias, frustraciones, alegrías, afectos, desencuentros, malestar y felicidad, no nos resultará jamás accesible. No podemos recordar, debido a la incompletud inaugural de nuestro sistema neurológico, cómo fuimos alimentados, sostenidos, limpiados, cuidados, queridos, odiados, escuchados, ignorados, hablados, arrojados, ayudados, entendidos, satisfechos, frustrados... por nuestros padres.

Estas y muchas otras operaciones y peripecias se repitieron miles de veces a lo largo de nuestros primeros años de vida y, sin embargo, sólo sabemos de ellas aquello que nos han contado. ¿A dónde fueron a parar estas vivencias? No se perdieron, eso seguro. Pensar que se borraron equivaldría a restarles trascendencia, de tal modo que podríamos llegar a creer el absurdo de que no importa qué trato demos a los niños durante sus primeros años, ya que de todos modos no van a recordar nada. Sólo un zote puede pensar que estas primitivas estaciones de la vida no dejan huella. Su huella es lo que genera el inconsciente. Su rastro está en el inconsciente. Lo inconsciente de la vida psíquica no es otra cosa que lo infantil, escribió Freud (1915).

## **EL CONTENIDO DEL INCONSCIENTE**

Cuando se habla del contenido del inconsciente, lo imaginamos desde un punto de vista tópico. Es decir, como una instancia, como si fuera un lugar en el que habitan unos determinados contenidos. Quedamos entonces en que en el inconsciente radican cosas diversas. Dos de éstas ya las conocemos:

- Las vivencias norecordables, pero fuertemente cargadas de afecto (ya que todo lo que les sucede a los niños suele ser muy impresionante para ellos) de la temprana infancia.
- Las otras son los contenidos reprimidos que provienen de experiencias demasiado intensas y que no se han podido elaborar. Aún hay más. No obstante, para seguir adelante necesitamos apelar a algunos conceptos que, aunque seguramente te sonarán, aún no hemos podido explicar.

Así pues, entre los otros contenidos que están en el inconsciente y/o son inconscientes deberíamos mencionar las pulsiones agresivas –Thanatos– y las de vida –Eros–, y buena parte de nuestra personalidad, o sea, aquello que se suele conocer como Ello, Yo y Superyó.

Otro aspecto que radica, en gran parte, en el inconsciente tiene que ver con lo que llaman objetos internos. En una definición simplificada diríamos que los objetos internos son la representación mental resultante de la interacción del sujeto con las figuras personales y los estímulos más representativos de su entorno. Así, podríamos decir que tenemos unos objetos internos que representan a nuestros padres, hermanos, familia, pero también otros que se vinculan con aspectos como la autoridad, la profesión, el propio cuerpo, etcétera. Para entendernos, vendrían a ser como la imagen mental que tenemos de partes muy importantes de la realidad externa. Como es lógico, los objetos internos no son idénticos a las figuras reales en las que se fundan; están deformados por las emociones y las fantasías. Así, una madre

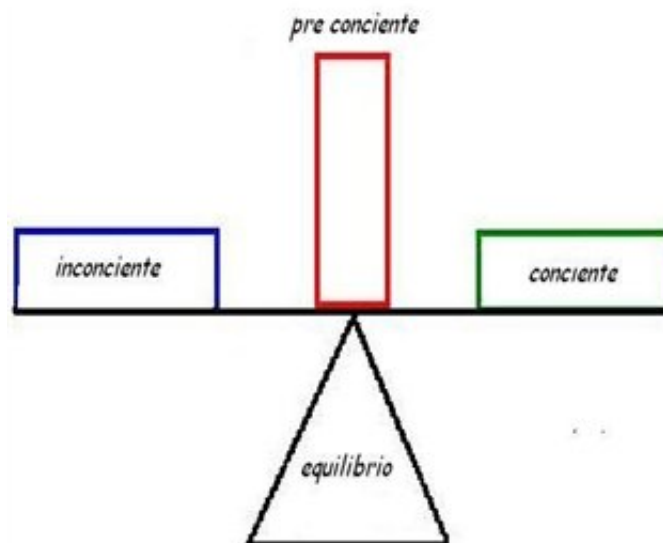
frustrante puede convertirse en una madre-bruja y un padre gruñón, en un padre-monstruo. Algunas de estas imágenes son conscientes y otras no, sobre todo aquellas que se formaron en la primera infancia. De ahí que en ocasiones estos objetos, que representan relaciones muy tempranas, se pongan de manifiesto en nuestra realidad cotidiana y, en un momento concreto, podamos tratar y sentir, sin ser conscientes de ello, a nuestra pareja como a la madre, al jefe como al padre y a los amigos como a los hermanos, por poner algunos ejemplos.

## **NORMAS DE FUNCIONAMIENTO**

Imaginaremos el inconsciente como un sistema que posee unas determinadas reglas de juego y que se relaciona de un modo especial con las otras partes de la mente o la personalidad.

Al principio de su obra Freud puso el inconsciente en relación con otros dos sistemas mentales: el preconscious y el consciente. Entendía por preconscious aquel sistema que abarca contenidos psíquicos que no se encuentran habitualmente en el campo de la consciencia pero que pueden pasar fácilmente a ella. Un ejemplo de algo preconscious lo vemos cuando nos esforzamos por recordar un número de teléfono y al final somos capaces de obtenerlo de nuestro almacén de memoria. El paso de lo inconsciente a lo consciente, obviamente, no es tan sencillo. Entre ambos sistemas, decía Freud, opera la censura. La censura vendría a ser una defensa, una operación para que no llegue un exceso de tensión al consciente. De ahí que lo inconsciente se nos haga presente de un modo deformado, tal como explicamos anteriormente, a través, entre otras vías, de los sueños. Freud consideraba que la misión del psicoanálisis era hacer consciente lo inconsciente.

Pero más importante que todo esto es reseñar que el inconsciente funciona según lo que Freud dio en bautizar como principio del placer. Un principio que, de algún modo, se contrapone al principio de realidad.

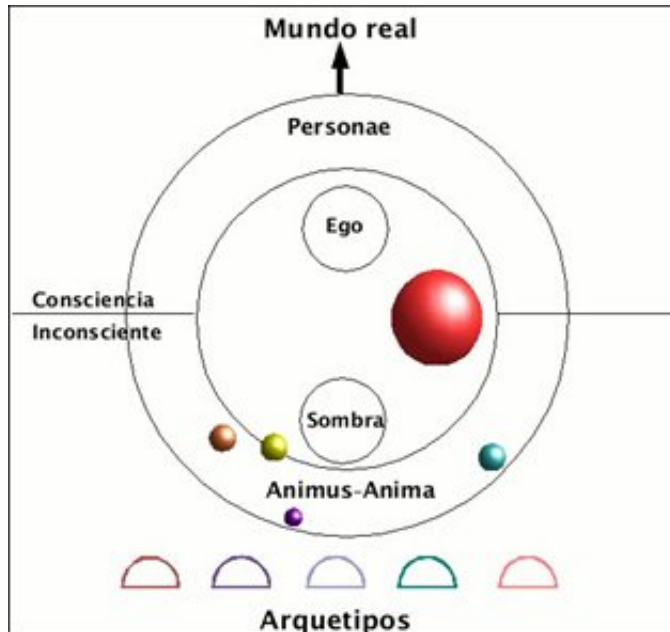


De acuerdo con Freud, el inconsciente y su contenido funcionan, es decir, interactúan, con el resto de las estructuras mentales de la personalidad y con la realidad, en función de dos principios que son complementarios. El principio del placer y el principio de realidad. Lo que equivale a decir que lo hacen según el proceso primario y el proceso secundario. No podemos entrar ahora en el discurrir teórico a través del cual Freud llegó, en diferentes momentos de su obra, a formular estos principios. Digamos tan sólo que fue el estudio de los trastornos psicológicos y los sueños, primero, y de la psicología infantil, más adelante, lo que le permitió proponer esta especie de leyes del funcionamiento mental.

- El proceso primario, que caracteriza al sistema inconsciente, funciona según un sistema muy primitivo, en el que no se distingue muy bien la percepción del pensamiento y, además, en este último, el sentido se desliza de una idea a otra sin apenas cortapisas. Mediante este proceso, una misma idea puede representar muchas cosas de la realidad –a esto se le llama condensación–, o bien una idea o una imagen poco relevantes pueden tener para el sujeto un valor afectivo enorme, o viceversa –a esto se le llama desplazamiento–. Aquí imperan más las emociones y las impresiones sensoriales que otra cosa. Un sujeto que se siente convencido de que es muy poderoso porque conduce un coche potente ilustraría esta forma de discurrir mental.
- El proceso secundario funciona, al contrario, mediante los mecanismos de la razón. Aquí operan el razonamiento, la atención, el juicio y la acción controlada. Lo importante no son las sensaciones o las impresiones sensoriales, sino las palabras que a ellas puedan asociarse y la discriminación consciente que se aplica a lo experimentado.


El principio del placer es aquel por el cual el sujeto, o, mejor dicho, sus impulsos básicos, buscarían descarga y satisfacción inmediata sin parar mientes en los obstáculos para ello. Es una forma de obrar muy infantil, ya que deriva fundamentalmente de esta etapa de la vida, en la que las necesidades son muy imperiosas y se tratan de satisfacer a toda costa. La idea de espera o demora no existe: lo quiero y lo quiero ya es su lema. Si funcionáramos únicamente regidos por este principio, seríamos egoístas e individualistas al máximo, no tendríamos en cuenta las necesidades de los demás, ni los impedimentos éticos, legales o de cualquier otra índole. El principio del placer opera mediante el proceso primario. Por ejemplo, el individuo del coche antes citado obtendría una gran satisfacción al adelantar a otros conductores con vehículos más corrientes, incluso infringiendo las normas de circulación. He aquí el placer y lo primario, en tanto que se trata de una vivencia proveniente de una acción con gran carga sensorial y ejecutada sin plantearse nada más allá de la misma acción, sensación y satisfacción. Hoy día diríamos «sin poder pensar».





Poco a poco la maduración neurológica, el contacto con el entorno, la educación y la adquisición del lenguaje van configurando el principio de realidad, complementario del anterior. Se trata de un proceder ajustado a la realidad externa, al juicio, a las consideraciones que el entorno nos impone de cara a nuestros deseos. Es un principio que permite adaptarnos al mundo en el que vivimos y relacionarnos con los demás, y con nosotros mismos, de un modo eficaz y efectivo. Cuando surge una necesidad y es adecuadamente tramitada por el principio de realidad, podemos esperar, trabajar para conseguir satisfacerla, disfrutarla sin perjudicar a nadie, etcétera. En estas acciones manda el proceso secundario. Siguiendo con el ejemplo anterior, aquí veríamos a una persona que puede disfrutar de conducir un buen coche sin que ello implique confundir el poderío del vehículo con el propio –proceso secundario–, ni mostrar una conducta impulsiva o irreflexiva con respecto a los demás y las regulaciones del tráfico–principio de realidad.

CONSCIENTE	INCONSCIENTE
<p>LA CONCIENCIA ES UNA INNOVACIÓN RELATIVAMENTE RECIENTE QUE SURGE LA SENSACIÓN DEL YO, DEL NACIMIENTO DE LA LIBERTAD, DEL PODER ELEGIR.</p> <p>VIAJE EN EL TIEMPO (IR AL PASADO E IMAGINAR EL FUTURO)</p> <p>PARTICIPACIÓN GLOBAL DE LAS NEURONAS.</p> <p>EL CONSCIENTE ES EL RESULTADO FINAL QUE INTEGRA UN SIN FIN DE PROCESOS.</p> <p>CENTRO DE MANDOS DE DELIBERACIÓN.</p> <p>ANALÍTICO Y CONVERGENTE.</p> <p>.....</p> <p>APREHENSIÓN INFORMACIÓN A PROCESAR</p> <p><b>50 BITS/S</b></p> <p>.....</p> <p>TIEMPO DE TOMA DE CONCIENCIA</p> <p><b>250 MS</b></p> <p>.....</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid white; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-right: 10px;">M</div> <div> <p><b>PILOTO MANUAL</b>                      REALIZAMOS BASTANTES ACCIONES DE UNA MANERA CONSCIENTE</p> </div> </div>	<p>EL INCONSCIENTE SE ENCUENTRA IMPLÍCITA EN LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS DE CADA UNO.</p> <p>NO SOMOS CONSCIENTES DE GRAN PARTE DE LOS PROCESOS Y EN MUCHOS CASOS TAMPOCO DEL PRODUCTO.</p> <p>ES EL SUPERCONSTRUCTO QUE OCUPA LOS ESTRATOS INFERIORES Y QUE SON LA BASE DE LO EMERGIDO EN LA CONCIENCIA.</p> <p>EL INCONSCIENTE LIBERA A LA CONCIENCIA Y SE OCUPA DE LAS COSAS AUTOMÁTICAMENTE.</p> <p>ASOCIATIVO Y DIVERGENTE.</p> <p>.....</p> <p>INFORMACIÓN QUE PUEDE PROCESAR</p> <p><b>11.000.000 BITS/S</b></p> <p>.....</p> <p>TIEMPO PARA HACER LOS PROCESOS PERTINENTES ANTE LA INFORMACIÓN RECIBIDA</p> <p><b>110 MS</b></p> <p>.....</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid white; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-right: 10px;">A</div> <div> <p><b>PILOTO AUTOMÁTICO</b>                      EL MOTIVO DE MUCHAS DE LAS RAZONES DE NUESTROS PENSAMIENTOS, SENTIMIENTOS Y ACTOS ES EL INCONSCIENTE</p> </div> </div>



## CONCLUSIÓN

Con lo dicho hasta aquí puede inferirse en qué consiste el enunciado freudiano que afirma: psicoanalizar consiste en hacer consciente lo inconsciente. Significa que aquello que no logró la sobreinvertidura producto de la no aceptación del Yo ,deberá ser buscado rastreado, investigado, en la difícil tarea de psicoanalizar, de modo tal que se posibilite su acceso a la conciencia, lo cual genera una nueva expectativa que promoverá los movimientos necesarios hacia la ejecución de la acción específica.

Todavía hay desacuerdos fundamentales dentro de la psicología acerca de la naturaleza de la mente inconsciente. Hay controversia acerca de la validez científica del concepto del inconsciente, y si es que el inconsciente existe ha sido disputado. En la psicología cognitiva moderna, muchos investigadores han buscado desmontar la noción del inconsciente de su herencia freudiana, y términos diferentes como "implícito" o "automático" son usados. Estas tradiciones enfatizan a que grado los procesos cognitivos suceden fuera del lente de la toma de conciencia cognitiva, y muestran que las cosas de las que no tomamos conciencia pueden de todas maneras influenciar otros procesos cognitivos al igual que la conducta. Activas tradiciones de investigación relacionadas al inconsciente incluyen a la memoria implícita, y adquisición no-consciente del conocimiento.