

Cuadro 2-1. NIVELES DE CONCIENCIA

Consciente	Preconsciente	Inconsciente
Conciencia como resultado de estimulación externa o de experiencias revividas.	Recuerdos latentes que surgen espontánea y deliberadamente o a través de asociación con la estimulación actual.	Depósito mental del pasado.
Momento presente de conciencia.	Entre el inconsciente y el consciente.	No obligado por el deber o la restricción moral.
Conciencia de la identidad	Filtro entre el consciente y el inconsciente.	Comúnmente inaccesible.

SIGNIFICADO DE LO INCONSCIENTE

Una gran cantidad de controversias se centra en torno a la noción del inconsciente. Debido a que Freud subraya tan firmemente el lugar que el inconsciente ocupa en la personalidad y porque él goza de una reputación tan notable, el tema merece seria consideración. Debemos hacer notar, sin embargo, que Freud no fue el primero en reconocer el inconsciente, ni el único en explorar sus funciones. En realidad, Carl G. Jung concede al inconsciente mayor peso que Freud y sostiene que juega un papel más importante en la personalidad. No obstante, las opiniones de Jung no son tan populares ni tan ampliamente conocidas como las de Freud.

Una de las primeras percepciones de Freud de la dinámica de la motivación fue que las conductas anormales pueden ser causadas y sostenidas por experiencias infantiles dolorosas aparentemente olvidadas. (A esta peculiar clase de olvido la llamó posteriormente represión). La experiencia desagradable estaba viva en la esfera inconsciente de la psique y provocaba trastornos en la conciencia y la conducta. Una esposa o esposo puede tener incontables dificultades con los aspectos sexuales del matrimonio, como consecuencia de una experiencia sexual traumática de su infancia.

En general, hay dos significados del inconsciente: 1) inconsciente como *no darse cuenta*, y; 2) inconsciente como un *estrato de la psique* (Freud, 1993). Esta distinción requiere abundar un poco en ella. Un hombre puede tener el hábito de morderse el labio inferior cuando está en tensión, pero no se da cuenta de ello hasta que alguien le llama su atención sobre el asunto. Su hábito podía considerarse inconsciente en el primer sentido; su conducta no tiene la cualidad de la conciencia. De manera semejante, puede desafiar a su maestro un niño por razón que desconoce, pero para el observador adiestrado la explicación del desafío puede ser evidente: el niño no recibe la atención que desea mediante la obediencia común de las reglas; por tanto, recurre a otras medidas. El propósito de su conducta está fuera de su conciencia; puede decirse que su conducta está gobernada por motivos de los cuales no se percata momentáneamente. Puede llegar a en-

tender su conducta si alguien se la explica o si reconoce espontáneamente su motivación.

El primer significado de los procesos mentales inconscientes parece disminuir el misterio que crea el segundo significado. De acuerdo con el primer criterio, no existe un estrato independiente de actividad mental que sea inaccesible, sólo una falta de conciencia completa. Freud probablemente hubiera aceptado los fenómenos que abarca la explicación precedente, pero pudo señalar algunas experiencias sorprendentes pero comunes que creyó demostraban la existencia de una mente inconsciente independiente de la consciente.

Pruebas de la existencia de la mente Inconsciente

Según Freud (1917^a), el inconsciente tiene vida propia. Entre otras cosas, está compuesto por impulsos psicobiológicos básicos, que se oponen a los motivos conscientes y, por consiguiente, producen los principales conflictos de la vida. Freud sostenía que tenemos un modo de pensar inconsciente, deseos inconscientes y conflictos inconscientes capaces de afectar directamente nuestra conducta. Ejercen una gran cantidad de influencia en la actividad mental consciente y preconscious. Si el hombre que habitualmente se muerde el labio persiste en ello incluso después de haberse percatado de su costumbre, el *significado o propósito* del hábito es inconsciente. En general, no puede descubrir ese significado o propósito. Por tanto, este caso se vuelve un ejemplo del funcionamiento del inconsciente en el segundo sentido: como un estrato o nivel independiente de la psique que tiene su vida propia.

Otra fuente de pruebas de la existencia del inconsciente es el "olvido", que sirve a un propósito evidente. Una persona puede "olvidar" completamente una cita, hasta que sea muy tarde para acudir a ella. Sin utilizar una gran cantidad de análisis, puede mostrarse a la persona que "olvidó" deliberadamente la cita debido a que era un acontecimiento desagradable o amenazador (Glucksberg y King, 1967). El hecho de que posteriormente la persona recuerde indica que el "olvido" fue sólo temporal -y, por tanto, no es un olvido real, sino una *represión*. Por supuesto que faltar a la cita no soluciona en realidad nada; de aquí que sospechemos que los deseos activados para bloquear el re-

uerdo no eran conscientes sino inconscientes. La conducta de la persona está al servicio de un deseo inconsciente más que de uno consciente.

Freud rastreó los síntomas extraños que, observaba en sus pacientes a la represión de experiencias traumáticas anteriores. Llegó a creer que el ego era demasiado débil para arreglárselas con las experiencias desagradables; por tanto, excluía de la conciencia el material amenazador y lo colocaba en el inconsciente. Pero más que ser olvidado por la memoria, la represión creaba tensión y se volvía la base de los síntomas. La medicina había descubierto la causa bacteriana de diversas enfermedades infecciosas importantes. La represión fue para Freud un agente psíquico análogo, que ejercía efectos tóxicos en la actividad consciente, así como en la conducta. El material reprimido necesita descubrirse por medio de técnicas psicoanalíticas.

Para clasificar más la naturaleza de la represión, Freud utilizó la analogía de un ladrón que asalta una casa, pero que entonces es expulsado por la familia. Esta mantiene cerrada la puerta para dejar fuera al ladrón. Sin embargo, no pueden descansar cómodamente, debido a que aún tienen el temor de que su hogar se vea amenazado. El miedo persiste por un periodo largo. La represión borra la conciencia de la experiencia desagradable, pero la persona experimenta ansiedad, debido a que el material está dinámicamente activo en el inconsciente, que aún amenaza irrumpir en el ego.

Una variedad de situaciones semejantes parece indicar el funcionamiento de los motivos y pensamientos inconscientes. Los errores al hablar (equivocaciones que expresan lo que la persona siente o cree en realidad) son también difíciles de explicar, sin invocar el concepto de motivos inconscientes (Freud, 1901). Por lo general, lo que la persona dijo representa los sentimientos verdaderos que tal vez no eran reconocidos porque le eran inaceptables a la persona.

Ciertos accidentes pueden ser el resultado de deseos inconscientes de herirnos. La persona que es "propensa a sufrir accidentes" (víctima de muchos accidentes) es un buen ejemplo del funcionamiento de un deseo autodestructivo inconsciente. Muy a menudo hay incongruencia en la conducta de la persona. Puede ser bastante asustado y

cautelosa con respecto a ciertas actividades, pero totalmente imprudente y distraída en relación con otras. Estas discrepancias serían difíciles de explicar, sin suponer el funcionamiento de deseos inconscientes. Freud creía que a menudo podíamos detectar motivos inconscientes de la observación de la conducta aparentemente irreflexiva.

Freud señaló el funcionamiento de los motivos inconscientes en un lugar insospechado; la criminalidad. Comúnmente el delincuente experimenta culpa o remordimiento después de cometer un crimen, pero el sentimiento de culpa antes del acto, aunque no sea directo, puede funcionar para hacer que la persona cometa el crimen como una manera de castigarse. En otras palabras, el delincuente puede cometer el crimen porque inconscientemente quiere ser castigado. Esta extraña interpretación necesita demostrarse, por supuesto, en cualquier caso en particular. Freud señaló que algunos criminales pasan completamente por alto las precauciones.

Algunas personas descuidan los asuntos de salud de tal manera que sugieren la acción de un deseo inconsciente de herirse a sí misma. Una persona obesa que tiene una enfermedad cardíaca grave puede continuar su sobrealimentación a pesar de las repetidas advertencias de su médico. Muchas personas (incluso las bien informadas y por lo demás responsables) fuman cigarrillos a pesar de las pruebas abrumadoras de lo perjudicial de este hábito (Wolitzky, 1967).

Para Freud, la prueba más convincente de la existencia del inconsciente como un estrato independiente de la psique fueron los trastornos de la personalidad. Sostenía firmemente el principio del *determinismo psíquico* -cualquier acontecimiento psicológico tiene una explicación o causa adecuada. Las condiciones precedentes deben explicar por completo el suceso. Con respecto a los síntomas, la aplicación de este principio significa que los síntomas son explicables; no simplemente suceden. Además, tiene significado para la persona; sirven a un propósito. Si el propósito no es percibido en forma consciente, entonces el síntoma sirve a un motivo inconsciente, del que la persona no se percató.

Freud (1925 a) llegó al concepto de que los síntomas sirven, o se derivan, del inconsciente a través de casos semejantes al presentado a continuación. Una joven solicitó tratamiento quejándose de que era

incapaz de hacer su trabajo en casa debido a parálisis de un brazo. (El examen médico reveló que ninguna causa orgánica podía explicar el misterioso síntoma). Ella cuidaba de su padre inválido, el cual era viudo y no tenía a nadie que lo atendiera. Debido a que ella no renunciaría a su obligación, su novio rompió su compromiso y poco después apareció la parálisis. Ya que no había una debilidad física aparente ni una motivación consciente que provocara el síntoma, Freud llegó a la poca ortodoxa conclusión de que el síntoma debía responder a un motivo inconsciente -la evitación de su conflicto.

En este caso, podemos percibir fácilmente el funcionamiento de conflictos intensos entre poderosos motivos inconscientes. La joven no podía enfrentar sus conflictos conscientemente; por tanto, recurría a soluciones inconscientes, que en realidad eran bastantes irracionales pues no solucionaban sus problemas. Ni ayudaba a su padre cuando éste lo necesitaba, ni resolvía sus propias dificultades. Ella quería casarse y ser libre y al final fracasó miserablemente cuando quiso satisfacer sus necesidades. Trató de resolver su problema en una forma primitiva al enfermarse ella misma. Ciertamente es que la joven se encontraba en una situación difícil, pero su solución, que fue en gran parte inconsciente, sólo le dio muy poco alivio a sus conflictos y no los resolvió.

Un punto que Freud (1933) expuso es que cuando un motivo o conflicto consciente se torna inconsciente, persiste y continúa afectando la conducta, como si fuera consciente. Si una persona no puede descubrir la causa de sus síntomas, probablemente no hay forma de eliminarlos. Sea cual fuere lo que mantiene los síntomas continuará su efecto debido a que la persona no puede identificar la causa.

LA ESTRUCTURA DE LA PERSONALIDAD: ID, EGO Y SUPEREGO

Freud concibió que la personalidad está formada por sistemas opuestos que se encuentran continuamente en conflicto entre sí. El id representa los impulsos psicobiológicos o el yo inferior; el ego representa el agente consciente o el yo controlador; el superego es el aspecto moral y social de la personalidad o el yo superior. Cada sistema lucha por dominar la personalidad lo más posible. El id desprecia las

consideraciones de realidad y moralidad y las tensiones asociadas con las necesidades; el ego procura ser racional y realista; el superego busca eliminar los impulsos y se esfuerza por alcanzar objetivos morales o ideales. Pero es imposible suprimir ninguno de los componentes básicos de la personalidad. La única solución es que el ego se haga cargo de la personalidad y conceda alguna expresión tanto a los motivos buscados por el yo del individuo como a las restricciones morales y sociales impuestas por fuerzas externas. Analizaremos los sistemas componentes que Freud propuso, así como sus interrelaciones (cuadro 2-2).

Cuadro 2-2. COMPONENTES DE LA PERSONALIDAD

Íd	Ego	Superego
Es la parte primitiva de la psique	Es el "Yo"	Tiene dos funciones: conciencia e ideal del ego
Compuesto de instintos psicobiológicos heredados	Sirve y controla al íd	Es el componente moral o cultural de la personalidad
Fuente de energía psíquica	Administra la personalidad	Es primitivo en el neurótico
"Realidad psíquica verdadera"	Utiliza las facultades psicobiológicas	Lucha por fines moralistas y perfeccionistas
Funciona conforme al principio del placer; reduce la tensión	Distingue entre lo objetivo y lo subjetivo	Promueve el autocontrol
Controla la acción refleja y se caracteriza por procesos primarios de pensamiento	Obedece al principio de la realidad	Inhibe los impulsos del íd
Es totalmente inconsciente	Se caracteriza por procesos secundarios de pensamiento	Es preconscious e inconsciente
	Es consciente, preconscious e inconsciente	Se opone al íd y al ego
	Mediador entre el íd y el superego y afronta a lo externo	

EL ID

El id es difícil de describir, porque no tenemos acceso directo a él. Puede considerarse como la parte más primitiva de la psique, la *personalidad original*. Es el depósito de la energía psíquica. Representa el complemento psicológico de las necesidades biológicas: para cada necesidad biológica existe un impulso correspondiente en el id, que se activa al activarse la necesidad (Freud, 1930). Por ejemplo, conforme la necesidad de alimento aumenta en intensidad, el deseo de alimento, que tiene lugar en el id, también se intensifica. En algún punto la intensidad del impulso del id es suficiente para experimentarse en el ego como un deseo consciente, a no ser que haya ahí alguna fuerza oponente al deseo. Por tanto, el proceso total comienza con una necesidad biológica que es experimentada en el id (pero no en forma consciente, ya que el id es totalmente inconsciente). El deseo de alimento se vuelve una sensación consciente en el ego, cuando la necesidad corporal es de intensidad suficiente.

Para apreciar el funcionamiento del id, considere lo que sucede mientras dormimos. Durante el sueño, aunque las funciones del ego y la conciencia se reducen en gran medida, hay considerable actividad (Webb y Agnew, 1973). Las funciones biológicas están activas, aunque a un nivel disminuido. La persona se mueve con mayor frecuencia de la que esperaríamos. Digiere su comida y puede de hecho sentir un apetito suficiente para despertarla. Si la piel se irrita por permanecer en un lugar demasiado tiempo, la persona cambia de posición -todo sin despertarse-. La tensión asociada con la irritación se transforma en movimiento sin mediación del ego o la conciencia. Lo mismo puede suceder con una irritación de la garganta o de las ventanas de la nariz: la persona tose o estomuda sin la intervención del ego. Por consiguiente, es evidente que el id puede realmente controlar en forma directa la actividad corporal, y también puede activarse lo suficiente para alterar al ego durante el sueño, como cuando una persona se despierta hambrienta. La cuestión aquí es que el id está o puede estar activo todo el tiempo. Una de sus funciones principales es comunicar las tensiones; ya que no puede descargar éstas directamente en el ego,