

desarrollados de manera apropiada. Para un resumen de las características de las etapas de desarrollo psicosexual de Freud. (véase el cuadro 2-3).

CRITERIOS DE ANORMALIDAD

Placer contra realidad

Freud creía que el ser humano es en el fondo un buscador de placeres, todo lo que la gente hace representa una evitación del dolor o un intento de generar placer. La realidad sólo es aceptada por necesidad y siempre se encuentra un conflicto entre el principio del placer y el de la realidad.

Una de las principales tareas de la vida es la "domesticación del id" (Freud, 1933). Si el ego no limitara al id, la persona siempre actuaría en forma egoísta y sin considerar los derechos de los demás. De hecho, si solamente existiera el id, la supervivencia no tendría lugar. Durante la infancia y la niñez (cuando la persona es dominada intensamente por el id) los responsables de los niños no esperan que éstos sepan dominar sus impulsos; más bien la expresión del id es controlada por autoridades externas. Un padre no permite que su hijo de dos años de edad se encargue del dinero que se le dio como regalo, ni permitiría que el niño solo tomara decisiones en relación a los asuntos de la vida diaria. Se juzga al niño con el criterio de que el ego no ha asumido todavía el control de la personalidad.

Conforme crecen los niños, se espera cada vez más de ellos. Se tienen por responsables del control de los impulsos. Si exhiben cólera hacia sus padres, pueden ser castigados, en tanto esa conducta no era castigada durante el periodo previo de sus vidas. Cuando algo no está disponible, se espera que los niños mayores acepten ese hecho y no lloren por ello. Gradualmente, pero de manera inevitable, deben asumir el manejo de sus impulsos. El id siempre apremia para la satisfacción y el placer, pero el ego debe enfrentar la severidad de la realidad y las consecuencias de una satisfacción ilimitada y sin templar.

Conflictos provocados por el superego

La conciencia y el ideal del ego, que comprenden el superego, agregan a la personalidad una nueva dimensión que crea muchos conflictos. El ego no sólo debe luchar con los impulsos del id y las fuerzas externas, sino además debe respetar las normas de conducta que limitan rígidamente los medios para satisfacer las necesidades. Los impulsos y el superego se oponen de manera directa. En algunos casos, el superego controla a tal grado al ego que le bloquea muchas vías de satisfacción. Por tanto, nosotros mismos podemos dificultar aún más que el mundo externo, las posibilidades para satisfacer nuestras necesidades. El superego puede atormentarnos sin misericordia, fijándonos metas inalcanzables y entre tanto produciéndonos sentimientos de culpa y de falta de mérito. A no ser que disminuyamos la tiranía de la conciencia y la irrealidad del ideal del ego, experimentaremos restricciones severas en todos los aspectos de la vida. Este proceso necesario puede realizarse mejor al fortalecer el ego.

No obstante, el superego es condición necesaria para la vida social. Dada la naturaleza del id y del ego, existe la necesidad de una fuerza limitante dentro de la personalidad, debido a que los controles externos serían insuficientes para promover la vida en grupo. Imperaría la ley de la selva y el principio dominante de acción sería "la fuerza da la razón". La raza humana con toda probabilidad se extinguiría en ese estado. El superego, con la conciencia y el ideal del ego, ejerce una fuerza limitante sobre el ego dominado por el id. Ayuda a las fuerzas externas de autoridad a promover la vida social y a proporcionar el mejor clima para la realización del individuo. Sin embargo, Freud (1930) creía que incluso con todos los controles, tanto externos como internos, la realización individual todavía es más un sueño que una realidad.

Freud no tenía un gran interés en la persona promedio. Creía que mucha gente nunca llegaba a un equilibrio correcto entre el impulso y control. Creía que el desarrollo de la personalidad era, por lo general, unilateral. Para la mayoría de las personas, los impulsos son dominantes y deben frenarse mediante presiones externas persistentes. Sin el poder de la ley e incluso de presiones más sutiles como la presencia de superiores, héroes, costumbres y tradiciones, la vida sería imposible; la gente se destruiría a sí misma. Por otra parte, hay muchos que toda la vida sufre un superego rígido, primitivo, autolimitante, que los

los atormenta sin cesar. Llevan una pesada carga de culpa y autodesprecio. Sus impulsos se matienen bajo control estricto y restricción. Les falta espontaneidad, libertad para desarrollarse de acuerdo con su naturaleza individual y, en general, no logran llevar una vida plena. Son aquéllos que tienen un ideal del ego excesivamente fascinador y pasan la vida persiguiendo arcoiris y sueños imposibles. Se esfuerzan por conseguir lo inalcanzable y en sus intentos pasan por alto lo que tienen. El resultado es desilusión y desengaño (Freud, 1930). Freud creía que la mejor solución era un equilibrio entre las fuerzas opuestas de la personalidad.

Ansiedad

En un intento por llegar a la raíz de la ansiedad y con el propósito de describir su verdadera naturaleza, Freud (1936) propuso que la primera y más poderosa fuente de ansiedad era el nacimiento mismo. En el medio uterino el feto disfruta de un alto grado de protección contra los estímulos externos. Al nacer el medio cambia radicalmente y el niño queda expuesto a una gran variedad de experiencias, algunas abrumadoras. En estos casos se siente pequeño e indefenso, incapaz de cambiar el acontecimiento perturbador. La experiencia de la ansiedad en situaciones en que el individuo no puede manejar la tensión, es una reanimación hasta cierto punto de esta forma original de ansiedad.

Freud distinguía tres tipos de ansiedad: objetiva, neurótica y moral. Cada una implica un estado emocional desagradable.

ANSIEDAD OBJETIVA

Para Freud (1933), la ansiedad objetiva equivale al miedo. Una amenaza real o un peligro verdadero está implicado en la ansiedad objetiva. La causa del miedo es algo definido. Si no es muy intenso, el miedo sirve para estimular al individuo a realizar algún tipo de acción. La reacción emocional desagradable es a menudo una advertencia de que hay una amenaza de peligro.

ANSIEDAD NEURÓTICA

En la *ansiedad neurótica*, el ego teme al id más que al mundo externo. El miedo surge, por consiguiente, de las fuerzas interiores de la personalidad. La ansiedad es producida por la amenaza de un impulso del id que rompe las defensas creadas por el ego para mantener reprimido al primero. El miedo no es tanto por los impulsos, sino por las consecuencias que la satisfacción del impulso puede producir. El ego siente el peligro antes de que realmente ocurra y experimenta ansiedad. Por supuesto, la ansiedad puede auxiliar al ego para enfrentarse con el impulso peligroso. Intensifica los esfuerzos del ego para mantener al impulso bajo control (Freud, 1933). Este miedo es difuso y se experimenta como aprensión.

ANSIEDAD MORAL

La *ansiedad moral* es causada por el superego. Se percibe como culpa, autodesprecio, deseo de castigo y algunas formas de depresión. El ego experimenta una sensación de falta de méritos, que es a menudo un estado crónico. Mientras más rígido y primitivo sea el superego, mayor será la intensidad de los acontecimientos de ansiedad (Freud, 1933).

Muchas personas llevan a cuestas una cantidad excesiva de culpa. Se atormentan constantemente respecto a sus méritos y su eficiencia. Esa preocupación excesiva sobre la insuficiencia personal se denomina inseguridad. La persona insegura sufre de un superego cuya severidad no ha sido templada. La conciencia del superego, el ideal del ego o ambos, continúan en un estado primitivo y se enfurecen contra los impulsos del id. Como consecuencia, la persona sufre ansiedad moral. Encuentra el manejo de sus impulsos como una prueba terrible y no puede afrontarlos, debido a que son totalmente inflexibles las restricciones contra ellos.

EL EGO Y LA ANSIEDAD

Debemos recordar que el ego experimenta los tres tipos de ansiedad. Aunque la ansiedad se deba a: 1) un impulso del id que amenaza con arrollar al ego, 2) el superego, a través de su conciencia, que condena

al ego por pensar en los impulsos del id o entregarse a ellos, 3) el ideal del ego que condena al ego como algo perverso o 4) la tensión abrumadora del medio ambiente externo, persiste el hecho de que el ego es la víctima.

El ego no puede permanecer pasivo al experimentar ansiedad, sin tener en cuenta el tipo. En el caso de la ansiedad objetiva, la causa del miedo puede enfrentarse directamente. La persona puede hacer el intento de percibir la situación en forma correcta, evaluar las posibles soluciones y tomar una decisión para seguir una línea de acción en particular. Cuando un individuo elabora un proyecto, lo más probable es que resuelva el problema y desaparezca la ansiedad asociada con él. La ansiedad, como una *señal de alarma*, cumple con la importante función de preparar a la persona para comportarse apropiadamente o evitar la conducta. Algunas veces la acción apropiada no es posible y la ansiedad continúa haciendo estragos. En esos casos, el ego emplea mecanismos de defensa, los cuales se *enfrentan directamente a la ansiedad* y no a la situación que la produce. En la ansiedad moral y la neurótica, el peligro procede del interior de la personalidad. El ego, por lo general, tiene más dificultades al comportarse de manera racional con esas formas de ansiedad y gran parte de su estrategia defensiva puede utilizarse para protegerlo contra la potencia de esas fuerzas.

LOS MECANISMOS DE DEFENSA*

A medida que la personalidad se va desarrollando el individuo va aprendiendo métodos que le permiten descargar sus impulsos y adaptarse a la realidad, reduciendo así su ansiedad ante cualquier situación frustradora o conflictiva. Freud consideró que el desarrollo de la personalidad es en gran parte consecuencia de un aprendizaje, pero a pesar de ello no llegó a elaborar leyes ni a realizar comprobaciones experimentales sobre estos procesos tal y como luego han ido realizando otros psicólogos y particularmente los pertenecientes a la escuela del aprendizaje.

El término *defensa* aparece por primera vez en los escritos de Freud en el año 1894 en un trabajo titulado *Las neuropsicosis de defensa*, y con él describía las luchas del Yo contra las ideas y los afectos penosos o indeseables. Luego abandonó el término sustituyéndolo por "represión", hasta 1926, en que vuelve a emplearlo en su obra *Inhibición, síntoma y angustia*, designando con él *todos los mecanismos de que se sirve el Yo en los conflictos eventualmente susceptibles de conducir a la neurosis*, y reservando el término "represión" para uno de estos mecanismos.

Freud considera que las frustraciones obstaculizan la satisfacción del principio del placer. Los impedimentos pueden ser exteriores al sujeto o interiores; pero el conflicto es siempre intrapsíquico entre las catexias y anticatexias del Ello y el Yo o entre las del Ello y el Super-Yo. Generalmente el Yo intenta alguna solución práctica ante una frustración o un conflicto superándolo, evitando que se produzca o bien apartándose del mismo; pero si a pesar de intentarlo el Yo no consigue su finalidad puede utilizar una serie de mecanismos de defensa que, aunque no resuelvan concretamente la situación frustradora o conflictiva, al menos atenúan el sufrimiento que se deriva de

* Enrique Cerdá. *Una psicología de hoy*. Barcelona: Herder. Revisión técnica: Eva Laura García González. 1977: 537-552.