

o regresiones a los períodos fálico y anal, mientras que las psicosis son regresiones profundas a la fase oral e incluso dentro de ésta a sus más primitivas manifestaciones.

La regresión en el laboratorio consiste en que una respuesta nueva, previamente condicionada, ya no opera porque se extingue o castiga. Al debilitarse la nueva respuesta el organismo vuelve a respuestas más primitivas que habían sido reforzadas positivamente con anterioridad.

Durante la extinción las respuestas previamente condicionadas se debilitan por apagamiento del refuerzo y el organismo regresa a otra conducta previa que fue efectiva en la consecución de un refuerzo positivo. Citaremos uno de los muchos experimentos de Masserman: Condicionó gatos a presionar tres veces un pedal tras de lo cual podían llegar hasta un recipiente en el que había comida como refuerzo positivo. Se entrenó después a los gatos a presionar solamente una vez para recibir comida. Luego se sometió esta respuesta a extinción: entonces los gatos hicieron una típica regresión presionando de nuevo tres veces para conseguir el refuerzo positivo.

Un experimento que demuestra la regresión por punición se debe a O'Kelley. Se entrenó a ratas a llegar hasta uno de los extremos de la jaula para obtener comida. Cuando se estableció esta conducta el sitio donde estaba la comida se trasladó al extremo opuesto de la jaula y se entrenó de nuevo a las ratas hasta que adquirieron la respuesta reforzante. Una vez entrenadas se producían en el suelo descargas eléctricas cuando iban hacia el lado de la comida. Entonces, la mayor parte de los animales volvían a la respuesta aprendida en primer lugar y los que perseveraban en la segunda respuesta lo hacían con mucha mayor lentitud que al principio, dudando y retrocediendo. En cambio, las ratas que hacían la respuesta regresiva corrían de prisa y sin demora.

Proyección. Una persona puede exteriorizar un impulso que le produce ansiedad dirigiéndolo a algo o a alguien y atribuir al objeto o a la persona este impulso. Un hombre siente ansiedad ante sus pulsiones sexuales o agresivas y las atribuye a otras personas, lamentándose de que éstas sean tan indecentes o tan hostiles. El Yo maneja siempre con más facilidad la ansiedad objetiva o los peligros externos que la ansiedad moral o neurótica. Es más fácil aceptar que otra persona le

tiene envidia a uno que reconocer que es uno mismo el que siente envidia hacia ella. Un caso de proyección es la del hombre que se siente culpable porque no es fiel a su esposa y acusa a ésta de infidelidad; o la doble proyección que a menudo se produce entre los conductores de dos automóviles que han chocado, descargando la responsabilidad uno en el otro. Otra proyección muy frecuente es cuando acusamos a otros de haber cogido o cambiado de sitio alguna cosa que nosotros hemos perdido o no sabemos dónde hemos dejado. En todos estos casos la ansiedad se reduce reemplazando el conflicto interno, a veces intolerable, por otro conflicto externo más suave y tolerable.

En el nivel patológico hay un trastorno en el que intervienen fundamentalmente mecanismos de proyección y que se denomina *paranoia* (cf. cap. XXIV: 605-606). El paranoico no comprueba la veracidad de sus inferencias y falsos razonamientos y proyecta sobre los demás sus propios contenidos internos, adquiriendo la convicción de que su esposa le es infiel, le persiguen o perjudican, etc. El mecanismo de defensa puede estar tan arraigado que no hay posibilidad de hacerle ver su error mediante argumentos y razonamientos. Se dice entonces que el sujeto *delira*.

Una interpretación objetiva del mecanismo de proyección se hace en términos de una discriminación pobre e inadecuada que tiene su origen en alguna respuesta de evitación. En un experimento O'Kelle y Steclke encerraron seis ratas en una jaula y las sometieron a una descarga eléctrica cada 100 segundos. Las ratas no podían escapar a estas descargas y en seguida se ponía de manifiesto una conducta muy agresiva, atacándose unas a otras violentamente, incluso después de interrumpir durante un tiempo el paso de la corriente. Colocadas independientemente atacaban las paredes de la jaula. Cuando en la misma jaula se colocaban dos animales la conducta agresiva se dirigía hacia el otro animal en vez de a las paredes. Los autores interpretan esta conducta en el sentido de que el animal establecía una conexión errónea entre el estímulo eléctrico y las otras ratas; teniendo en cuenta la indiscriminación de esta respuesta y que mediante ella se intentaba evitar los estímulos punitivos; esta respuesta -dentro de los límites de conducta de una rata-, puede llamarse "proyección".

Formación reactiva. En la formación reactiva los impulsos que producen ansiedad se expresan en la conciencia por lo que sea opuesto a ellos. El individuo se afirma entonces mediante sentimientos de signo positivo, reduciendo la ansiedad generada por sus impulsos auténticos. Es el caso de la mujer que siente impulsos de odio hacia su madre política, pero que se muestra extremadamente solícita y atenta con ella; reconocer que la odia puede desencadenar en ella ansiedad, que intenta reducir mostrándose afectuosa. Por este mecanismo los impulsos sexuales más primitivos pueden llegar a convertirse en actitudes muy "virtuosas". La joven que hace remilgos porque un hombre llega a rozar su mano, muchas veces en el fondo desea vehementemente a aquella persona, pero el reconocimiento de tales impulsos produce en ella ansiedad y los rechaza manifestando una conducta consciente de signo opuesto. La formación de ciertos grupos y ligas como por ejemplo la antialcohólica, también puede obedecer a este mecanismo: al sujeto le gusta beber, pero a la larga recibía puniciones; deja entonces de beber y evita la ansiedad desarrollando una formación reactiva haciéndose hiperconsciente de todos los efectos perniciosos del alcohol y participando en una cruzada antialcohólica.

La formación reactiva puede interpretarse en términos de aprendizaje como un condicionamiento excesivo en respuestas de evitación. Una respuesta a un estímulo rechazable ha sido reforzada positivamente con anterioridad.

Mowrer coloca ratas en una cámara experimental. Éstas reciben descargas eléctricas a través del suelo cada vez más intensas. El animal puede hacerlas desaparecer presionando una palanca situada en un extremo de la jaula. Para algunos animales la palanca estaba también cargada a veces de electricidad de forma que cuando presionaban recibían la descarga. Los experimentadores observaron que cuando las descargas eléctricas procedentes del suelo aumentaban en intensidad, algunas de las ratas se dirigían *hacia el extremo opuesto* de la jaula a aquel en donde estaba situada la palanca. Estas ratas eran las que al presionar la palanca habían recibido algunas veces también una descarga eléctrica. Actuaron como las personas que expresan la respuesta opuesta de la que puede ser reforzante y a la vez punitiva.

Identificación e introyección. Puede definirse la identificación como el deseo de que nuestro Yo sea como el de otras personas y la introyección como la tendencia a incorporar al Yo las cualidades de estas personas. Estos mecanismos son en gran parte responsables de que el niño asimile las normas y actitudes de sus padres y de su grupo social y se comporte de acuerdo con ellas. Cuando la identificación se produce en un nivel consciente, debería hablarse más bien de "imitación"; tal es el caso, por ejemplo, de la joven que imita la forma de vestir, de peinarse o de moverse de una estrella de cine. Cuando la identificación es inconsciente es cuando este proceso puede considerarse un mecanismo de defensa. Las primeras identificaciones que hace el niño son generalmente con uno de los padres, introyectando sus formas de conducta y sus medios de reducir la ansiedad en las situaciones de conflicto. Generalmente un niño recibe refuerzos positivos cuando su conducta se atiene a las normas de conducta del padre o de la madre y de aquí que estos procesos puedan considerarse mecanismos de defensa. A medida que el niño va creciendo se producen otras identificaciones con los personajes de los cuentos, héroes cinematográficos o con otras personas de la vida real. Estos modelos con los que un sujeto se identifica e introyecta influyen en la determinación de sus rasgos de personalidad, aspiraciones y objetivos.

Racionalización o intelectualización. Generalmente la mayor parte de nuestros actos tienen más de una motivación. Se llama racionalización al mecanismo por el cual el Yo, inconscientemente, escoge entre las varias causas coexistentes, aquellas que por ser más aceptables, más defendibles o más razonables, actúan reduciendo la ansiedad que se derive de una determinada conducta. Es éste un mecanismo de defensa muy extendido. Un estudiante atribuye sus suspensos al excesivo rigor de los profesores, a haber estado enfermo unas semanas antes de los exámenes o a otras causas que mitiguen la ansiedad que le produce enfrentarse con el verdadero motivo que fue simplemente haber estudiado muy poco y mal. El sujeto que hace racionalizaciones a menudo se ve obligado a defender sus argumentos con vehemencia puesto que los motivos que aduce son puestos en duda por los demás. La racionalización implica por parte del sujeto la convicción de que los motivos que manifiesta son realmente válidos y en esto precisamente se distingue de la tendencia deliberada a engañarse a uno mismo o a los demás.

Fantasia y negación de la realidad. Algunas veces es posible gratificar, al menos en parte, un motivo frustrado recurriendo el Yo a satisfacerlo en la fantasía. Todo el mundo hace esto a veces y particularmente los adolescentes. De una persona que tiene propensión a refugiarse en la fantasía se oye decir a menudo que "está en las nubes" o que está siempre "haciendo castillos en el aire". En contraste con el pensamiento lógico, que es realista, el pensamiento fantaseador es irreal y mediante él incluso metas difíciles de conseguir pueden parecer alcanzables; sin embargo, la fantasía nunca puede aliviar completamente la ansiedad resultante de las necesidades frustradas, logrando todo lo más atenuarlas y condicionando al individuo a posponer la resolución de la situación. Una tendencia acusada a refugiarse en la fantasía es peligrosa ya que implica rehusar a esforzarse por actuar de forma tal que la mayor parte de las satisfacciones se produzcan en la vida real, tendiendo el sujeto cada vez a quedar más desvinculado de su ambiente. En casos extremos puede producirse el estado denominado "autismo" caracterizado por existir una completa disociación entre el Yo y la realidad exterior. El autismo es típico de la psicosis esquizofrénica (cf. cap. XXIV: 602), sobre todo en sus fases iniciales.

Conversión. Es un mecanismo complejo y que desencadena siempre una respuesta patológica. Para que se ponga en marcha es preciso que el Yo se encuentre ante una situación exterior conflictiva muy aguda y que la intensa ansiedad desencadenada se reprima. Esta carga emocional reprimida por el Yo produce un impacto en los centros diencefálicos y se expresa a través del sistema nervioso vegetativo mediante síntomas. La aparición de unos u otros síntomas depende de la índole del conflicto y de la previa historia condicionante del individuo: puede producirse un desvanecimiento, una crisis convulsiva e incluso perturbaciones sensoriales o motoras. El descubrimiento de este mecanismo por Freud fue trascendental, no solamente para el psicoanálisis, sino para toda la patología médica, ya que puso de manifiesto que existen síntomas físicos que no obedecen a lesiones orgánicas y que se desencadenan por causas psíquicas. El mecanismo de conversión es frecuente en las "neurosis de guerra" y típico de la "neurosis histérica" (cf. cap. XXIII: 575-577).

Compensación. Así como Freud hace hincapié en que las motivaciones del comportamiento son de naturaleza biológica, Adler, a quien se debe la descripción de este mecanismo, pone el acento en una motivación de índole psíquica: la tendencia a la superioridad. Todo individuo tiende a ocupar situaciones de superioridad, pero a veces nuestras aspiraciones pueden ir más allá de lo que alcanzamos y a consecuencia de ello sentimos frustrados y experimentar un *complejo de inferioridad*. Probablemente es éste, de todos los términos de la psicología moderna, el que más difusión y popularidad ha alcanzado.

Un complejo de inferioridad, sin embargo, puede compensarse. Se denomina compensación al mecanismo de defensa mediante el cual el individuo sustituye una actividad por otra en un intento de satisfacer algún motivo frustrado. La compensación implica un fallo o pérdida de la autoestimación en la actividad que se compensa. Pueden distinguirse tres clases de compensaciones:

- a. En la compensación de primer grado el esfuerzo se dirige a equilibrar el fallo o la insuficiencia precisamente en donde éstos radiquen. Se habla entonces de supercompensación. Es típico citar el caso de Demóstenes quien, siendo tartamudo, se ejercitó con tal persistencia en compensar este defecto del lenguaje que llegó a ser un extraordinario orador. ALLPORT afirma que la mayor parte de los *self-made-man* norteamericanos tienen una trayectoria de vida claramente sobrecompensadora.
- b. En la compensación de segundo grado el sujeto estimula, activa y adiestra otras capacidades. Una joven poco agraciada físicamente o con algún defecto motor compensa estas insuficiencias en el plano de los estudios, sus excelentes calificaciones la hacen acreedora a un prestigio que no puede alcanzar directamente a través de su inferioridad física. Es esta la compensación por antonomasia y a la cual más directamente se refiere la definición genérica que hemos dado con anterioridad.
- c. En la compensación de tercer grado el sujeto hace una compensación puramente ficticia, tendiendo a aparentar mucho más de lo que en realidad es. Son formas típicas de manifestación de esta compensación la jactancia, la fanfarronería, la

pedantería y la terquedad. Este mecanismo se produce cuando el sentimiento de inferioridad no puede compensarse mediante los otros dos procedimientos antes descritos, por no tener el sujeto suficiente autodisciplina para entrenarse y supercompensar sus déficits o cuando carece de otras aptitudes o condicionamientos personales que pueda desarrollar y a través de ellos compensarse.

ERIKSON: ENFOQUE PSICOSOCIAL.

Otra de las vertientes que se analiza en este curso es la psicología. Este enfoque tiende a subrayar el papel de los factores socio-culturales en el desarrollo de la personalidad y, especialmente en la maduración del ego.

En Erikson es una de los más importantes representantes de esta corriente. Erikson acepta muchas de los puntos de vista de Freud sobre el desarrollo de la personalidad pero sostiene que Freud se centra sólo en los primeros años de vida.

Erikson propone el intento de que el desarrollo de la personalidad consiste principalmente en la maduración del ego, con lo que la persona enfrenta las tareas más importantes de la vida. Estas tareas son el resultado de cambios personales y sociales.

A diferencia de la postura de Freud, de que la personalidad se forma temprana en la vida, Erikson sostiene que la personalidad, y principalmente el ego, están en una especie de crisis a lo largo de toda la vida. El éxito o el fracaso al enfrentarse con cada una de estas crisis tiene profundas repercusiones en las fuerzas del ego y en toda la orientación a la vida que tenga la persona.

Erikson es conocido como "psicólogo del ego", y abarca todo el ciclo de vida en su teoría.