

Freud y el pensamiento

Por ENRIQUE GUARNER

EL descubridor del Psicoanálisis distinguía dos procesos en el pensar humano. Esta división se plantea desde 1895 cuando escribe el «Proyecto de Psicología Científica», pero tiene su culminación unos años más tarde en el séptimo capítulo de «La interpretación de los sueños», publicada en 1900 y se resuelve en «Fundamentos sobre los dos principios del funcionamiento psíquico» de 1911.

Para Sigmund Freud en el proceso primario la energía mental fluye libremente pasando sin trabas de una representación a otra siguiendo los mecanismos de condensación y desplazamientos. Esta fuerza tiende a buscar en forma plena la satisfacción de nuestros deseos.

En el caso del proceso secundario, la energía se liga con la memoria antes de brotar con libertad. Todas las representaciones se vuelven estables, la satisfacción es aplazada y sometida a los principios que la realidad nos impone.

Esta explicación freudiana mostraba lo que ocurre con los impulsos desde que se inician en el sistema inconsciente hasta su expresión final en la experiencia psíquica consciente. La teoría permitía la comprensión de los sueños, los actos fallidos, los chistes o los síntomas neuróticos como resultado de la movilidad de la energía mental. El pensamiento racional y lógico estaría relacionado con una parte de la actividad psíquica que generalmente permanece fija.

Hasta la edad de dos años las imágenes tempranas del pensamiento infantil están exclusivamente centradas al

revelar del proceso primario. Esto lo observamos cuando a una criatura de 18 meses le enseñamos fotografías de hombres adultos distintos. Su respuesta ante ellos casi siempre será: «Papá». Obviamente comete un error aunque en el fondo haya la actividad mental de identificar al género masculino maduro como padres. En otras palabras, el niño generaliza similitudes atribuyendo una parte a una totalidad. Podría afirmarse que el proceso secundario existe cuando distinguimos lo esencial de lo que no lo es.

La característica fundamental del proceso primario consiste en la descarga rápida en la búsqueda del placer. Cualquier camino puede utilizarse y nunca se toma en cuenta la realidad. Cuando se establece el control de esfínteres el niño orina o defeca para ventaja de la madre y no al tener distendido el recto o llena la vejiga; lo cual nos demuestra la imposición definitiva del proceso secundario. Este es al principio preconscious y resulta del contacto con el medio ambiente. Siempre refleja los efectos de la frustración y de seguir los preceptos societarios o morales que se nos inculcan. Desde el punto de vista de manejo de la energía su tendencia es la demora, restarle fuerza o posponer el impulso. Otra peculiaridad del proceso secundario es mantener la estabilidad, el lenguaje se liga a representaciones fijas o constantes. Por ello le pertenecen la lógica, las leyes de la sintaxis y las reflexiones inteligentes.

La libre asociación

Se puede afirmar que la asociación libre y los sueños son las dos divisiones del pensamiento humano en las cuales se basa el Psicoanálisis. Asimismo constituyen los instrumentos que mejor debe manejar cualquier terapeuta. Sin embargo, por lo que respecta a la libre asociación, la literatura escasea y no existe un estudio psicológico profundo acerca de ella.

La historia del concepto parte de las uniones entre las palabras que aparecen en la «Lógica» de Aristóteles, cuando el filósofo interrelacionaba los vocablos y los enlazaba por identidad, similitud o contraste. Sin temor a equivocarnos, podemos asegurar que fue John Locke en 1690, quien introdujo el término asociación para reunir conceptos que se hallaban separados fundado todo una escuela de Filosofía. John Stuart Mill en 1841 formuló las leyes de la frecuencia e intensidad de las ideas y sostenía que la repetición y periodicidad de las mismas provocan el condicionamiento para asociar a distintos elementos.

Según Gregory Zilboorg, mientras Sigmund Freud era estudiante en la Universidad de Viena tradujo la obra de Mill. Resulta también posible que el descubridor del Psicoanálisis haya conocido un trabajo de Francis Galton publicado en 1879 en el cual afirmaba: «Las ideas se presentan por asociación, ya sea a través de un objeto percibido por los sentidos o por pensamientos previos que cuando vuelven a surgir no pueden ser detenidos». Galton descubrió lo que denominó memorias perdidas y concluyó que el 39% de las asociaciones nos llevaban a la infancia y juventud; en tanto que el 15% se relacionaba con los eventos actuales.

En otro párrafo Galton señala: «Tal vez las más fuertes de las impresiones, nos demuestran el trabajo realizado por la mente en un estado semiconsciente y la razón válida que existe para creer en una condición profunda de las operaciones mentales; que se halla hundida detrás del nivel de la conciencia y que puede tomar a fenómenos psíquicos, que de otra manera no podrían ser comprendidos».

Es imposible decir con certeza la familiaridad de Freud con los artículos de Galton, pero resulta indudable que el creador del Psicoanálisis debe haberse apoyado en el pensamiento de su época para tomar el paso decisivo

de utilizar la asociación libre, con el objeto de entender los mecanismos de la mente humana.

En realidad no existe fecha acerca del descubrimiento en el que la persona expone cualquier idea que surja en su pensamiento sin censura alguna. No obstante, lo que sí puede asegurarse es que el método fue gradualmente aplicado entre los años de 1892 y 1895; cuando Freud abandona el procedimiento hipnótico. La paciente Elizabeth von R., cuyo tratamiento se inicia en el otoño de 1892, resultó la primera en usar la técnica de la concentración. La enferma acostada sobre el diván con los ojos cerrados tenía que presentar toda su atención hacia un sistema y trataba de recordar la memoria olvidada que diera lugar a la comprensión del mismo. Se podría decir que este proceso no era propiamente de asociación libre, dado que Freud controlaba las ideas puesto que unía los pensamientos alrededor del tema.

El paso más importante para alcanzar la regla fundamental del Psicoanálisis aparece cuando Elizabeth insiste en ignorar cualquier censura y decide expresar todos sus pensamientos. Debe añadirse aquí que la paciente comenzó a reprobar las interrupciones frecuentes de Freud y le pide que la escuche para que el flujo de ideas se sostenga. A partir de ese instante puede afirmarse que la técnica de la asociación quedaba establecida. La hipnosis es abandonada definitivamente en 1896 y la idea de que el sujeto cierre los ojos en 1904.

La forma en la que Freud describe la regla fundamental es la siguiente: «Importa poco que el tratamiento se inicie con uno u otro tema, que el paciente nos cuente su vida, los episodios de su enfermedad o los recuerdos infantiles. En todo caso debe dejarse a la persona escoger el asunto que quiere. Hace falta que al comienzo se dé a conocer la regla fundamental del Psicoanálisis que será advertida de la siguiente forma: "Nuestro recital diferirá en un punto de la conversación ordinaria, no importa que se pierda el hilo de lo que se cuente, todos los pensamientos cuantas ideas secundarias se generan de su exposición, usted observará que mientras relata los eventos, diversas imágenes van a aparecer y algunas serán rechazadas, porque atraviesan la parte crítica de la mente. Usted estará tentado a decirse: esto o aquello no tiene nada que ver aquí, o bien, tales cosas carecen de importancia; también: esto es insensato y no voy a hablar de ello». De cualquier manera no se debe ceder a la crítica y decirlo a pesar de todo, aun cuando se toquen aspectos repugnantes o justamente por ello. Se verá y comprenderá más tarde el por qué se impone esta regla, la única que en Psicoanálisis debe ser seguida. Es decir, hablar de todo lo que surja en el pensamiento. Compararé la libre asociación a la forma como describiría un paisaje el viajero que se encontrara frente a la ventana de compartimiento en un tren, a una persona emplazada detrás de él. En fin, no debe olvidarse jamás la promesa de ser siempre franco y no omitir nada que por cualquier razón parezca desagradable de pronunciar».

Cuando las personas inician el tratamiento generalmente tienen dificultad para llevar a cabo la asociación libre y es frecuente que una vez que nos han relatado sus conflictos y vicisitudes, nos aseguren que ya no pueden comunicarnos nada más. Es en esos momentos cuando el terapeuta deberá insistir en que todavía no se ha aprendido a asociar.

En la evolución de la libre asociación encontramos que surge un pensamiento que estimula otro. Ambos a su vez ejercen influencia en ideas que se suceden, las cuales provienen como es natural de reflexiones controladas hasta aquellas menos definidas y que serán las más profundas. En el transcurso del proceso la resistencia se desarrolla de tal manera que interfiere con las distintas ramificaciones asociativas. Si tal suceso ocurre, ellas nos llevarán a la interpretación y a la obtención de la autocrítica del analizado. En el fondo las asociaciones se ligan al proceso primario y en el tratamiento observamos la aparición de condensaciones, fragmentaciones y desplazamientos.

Las personas varían en sus reacciones hacia la libre asociación de acuerdo a sus puntos de fijación. En los orales el proceso tiene implicaciones placenteras de pasividad y dependencia. En cambio, los sujetos anales temen la invasión de material sucio y peligroso.

Desde el aspecto diagnóstico, las histéricas carecen de función sintética, los obsesivos se aferran a los eventos reales y evitan salirse del material actual. Los esquizofrénicos casi nunca llegan a meta.

Concluyendo, la comunicación paciente-terapeuta es un fenómeno complejo. La asociación libre es la única que nos permite una relación profunda para llegar a las fantasías que subyacen en el inconsciente.