|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **La psicoanàlisi pot definir-se de tres maneres:**  - Com una teràpia per tractar i curar malalties mentals.  - Com una teoria o model que explica l’estructura de la personalitat i el funcionament del psiquisme humà (és a dir una teoria o escola psicològica).  - Com una teoria de la cultura que explica el perquè de l’art, la religió, el llenguatge, la vida social, etc..  **GUIÓ**  [**1.Teoria de la personalitat i mecanismes de defensa.**](http://www.xtec.cat/~jortiz15/b.psicoanal.pdf) **1.1. Les relacions entre el jo, l’allò i el superjò.  2. Teoria dels instints. 2.1 La nova teoria dels instints: eros i thànatos.  3. Teoria de la sexualitat. 3.1. Fase oral 3.2 Fase anal. 3.3 Fase fàl•lica (complex d’Èdip) 3.4. Fase de latència 3.5. Pubertat.  4. Els somnis 5. Teoria de la cultura.**  **TEORIA DE LA PERSONALITAT I MECANISMES DE DEFENSA.**  Freud elabora dues teories de la personalitat. La primera teoria correspon a l’època en què Freud parla per primer cop del terme inconscient. Arran de les seves investigacions sobre la hipnosi i la histèria, Freud va proposar la teoria segons la qual els processos psicològics són regulats per una part oculta i desconeguda de la nostra personalitat que s’anomena inconscient. El “descobriment” de l’inconscient pot considerar-se un fet revolucionari perquè fins aleshores es creia que la psicologia només tractava de fets conscients. L’estructura de la personalitat quedaria completada amb el conscient –la part que ens lliga amb el món exterior i que coneixem, o sigui, que ens n’adonem – i el pre-conscient, records inconscients però que fàcilment poden tornar a ser conscients, com per exemple un nom o una situació que hem oblidat momentàniament-. La diferència amb l’inconscient és que aquest no és accessible, mentre que el preconscient sí que ho és. En resum, el conscient és allò que coneix una persona; el preconscient, allò que no coneix però que pot conèixer fàcilment; i l’inconscient, allò que no pot conèixer de cap manera..  L’any 1923, Freud va millorar i polir aquesta teoria de la personalitat proposant un nou model més útil i més explicatiu que es basa, en part, amb el primer model. Aquesta segona teoria de la personalitat considera tes parts: l’allò, el jo i el superjò.  L’allò és la part més antiga de la nostra personalitat i la font de tota l’energia mental. És totalment inconscient i primitiva. El seu mecanisme de funcionament consisteix en la satisfacció immediata de les necessitats, sense cap altra consideració; en aquest sentit es diu que l’allò és totalment instintiu. Quan una persona neix és únicament allò, o sigui només és instint. De l’allò, en contacte amb el món exterior, naixerà el jo. L’allò no té valors morals ni actua pensant en els altres, només actua d’acord amb el principi de plaer, és a dir que la seva conducta va únicament encaminada a aconseguir el plaer i evitar les coses desagradables..  El jo s’origina a partir de l’allò en el nen petit. A mesura que l’infant creix i entra en contacte amb el món exterior, va elaborant el seu jo, que es convertirà en la part mental de control de la conducta. El jo té com a finalitat el contacte amb la realitat i l’autoconservació enfront d’aquesta realitat exterior. Quan actua el jo ha de considerar les conseqüències dels seus actes més enllà del possible plaer o satisfacció. Aquest criteri, que considera la realitat abans que el plaer, s’anomena principi de realitat, i s’oposa al principi de plaer propi de l’allò. El jo és qui controla el parlar i el pensament, els moviments i les tensions psíquiques internes de les persones. El jo té elements del conscient –el contacte amb la realitat exterior-, del preconscient –records- i de d’inconscient –el contacte i el control de l’allò.  El tercer element de la personalitat és el superjò. El superjò es constitueix al voltant dels 5-6 anys, quan els nens i les nenes idealitzen la imatge dels pares i aprenen el sentit de les normes que cal respectar. Aquestes normes i prohibicions s’integren en la personalitat del nen i es converteixen en inconscients. Quan el superjò queda desenvolupat, representa la consciència i les pautes morals, és a dir, és el punt de referència moral de la persona.. Les característiques del superjò dependran de la moral de cada societat i del model educatiu que hagin inculcat als nens els pares o altres adults que hi estiguin en contacte. En una persona adulta equilibrada el superjò ajuda el jo a controlar les exigències instintives de l’allò.  **a. Les relacions entre el jo, l’allò i el superjò.**  Les relacions entre el jo, l’allò i el superjò poden ser senzilles o complexes. En molts casos, són la causa de més d’un conflicte psíquic. Com diu el mateix Freud, el jo ha de servir dos amos: l’allò i el superjò. Si estan d’acord, no hi ha problema, però quan l’allò –mogut per l’instint i el principi de plaer- vol alguna cosa que el jo –la realitat- i el superjò –la moral- no poden acceptar, s’origina una tensió i un conflicte interns, tan si guanya l’un com l’altre. El jo ha d’intentar mantenir l’equilibri i eliminar les tensions.  Posem-ne un exemple pràctic: imagina’t que tens molta gana i que veus un pastís que et ve molt de gust però no tens prou diners. L’allò, mogut pel principi de plaer, entraria a la botiga i agafaria el pastís. Però el jo no ho fa perquè segueix el principi de realitat –et podrien acusar e lladre- i el superjò tampoc no ho accepte –perquè la moral diu que robar no està bé-. Si et quedes sense menjar, s’origina una sensació de frustració perquè l’allò no ha aconseguit el que volia; però si agafes el pastís, també neix un sentiment de culpa perquè no has fet cas del superjò. Aquesta dialèctica es produeix contínuament en la vida quotidiana. Un altre exemple: imagina’t que t’agrada un noi o noia de la teva classe però tu ja estàs compromès o compromesa.. El teu allò diu que intentis quedar-hi i sortir-hi, però el teu superjò et diu que no està bé perquè ja surts amb algú. El jo haurà de buscar l’equilibri en aquesta situació. Habitualment el jo i el superjò són aliats enfront de l’allò, però pot passar que el superjò s’enfronti amb el jo. Un exemple: t’agrada molt menjar xocolata però a casa teva t’han inculcat que la xocolata és molt dolenta. Al mateix temps, el teu jo i la teva experiència et demostren que menjar xocolata en quantitats raonables no és perjudicial. Aleshores es produeix un conflicte entre el superjò –la prohibició paterna- i el teu jo –l’ús d’arguments racionals i d’experiències demostrades empíricament.  Per tal d’ajudar el “pobre” jo, que està tan pressionat per l’allò i pel superjò, Freud diu que el jo disposa d’unes tècniques per evitar aquestes pressions: els mecanismes de defensa. Aquests mecanismes de defensa demostren que hi ha un conflicte interior. Els més importants són:  **Repressió**: És el més corrent. Consisteix en el fet que el superjò frena els impulsos de l’allò. D’aquesta manera, ajuda el o, però al mateix temps li crea conflictes. El jo intenta mantenir reprimits aquests desitjos, però de fet són vius a l’inconscient i són la causa de les tensions que s’anomenen neurosis, és a dir, el conflicte que neix d’un desig que no es pot dur a terme.  **Racionalització**: Consisteix a inventar-se arguments racionals per justificar la conducta que exigeix l’allò.  **Negació de la realitat**: Consisteix a negar un fet de la realitat, o bé a deformar aquesta realitat. És la conducta típica del qui diu “jo no ho he fet” quan en realitat és qui ho ha fet, o de qui no vol reconèixer un fracàs o frustració.  **Projecció:** Consisteix a veure en els altres sentiments o idees propis d’un mateix però que no es volen acceptar.  **Regressió**: Davant d’una dificultat o d’una situació inesperada, el nen o l’adult tenen comportaments propis d’èpoques anteriors, més infantils o inapropiades per l’edat. És una manifestació d’immaduresa.  **Reacció**: Es tracta de manifestar una conducta externa contrària a un sentiment o afecte refusat. D’aquesta manera s’amaga el veritable sentiment que està reprimit. També s’anomena formació reactiva.  **Sublimació**: Consisteix a canviar l’objectiu de les pulsions (o també instints) cap a finalitats que socialment siguin acceptades i per tant tolerades pel superjò. L’art, la literatura, l’esport, són resultats molt sovint de sublimació. Freud considera que aquest mecanisme de defensa dóna una sortida constructiva i eficaç a les pulsions.  **TEORIA DELS INSTINTS**  Un dels conceptes claus de la teoria de la psicoanàlisi és el concepte d’instint, que de fet anomena pulsió (Trieb, en alemany). Per Freud, Els instints són difícils de definir, però imprescindibles per analitzar la vida humana. Representen una mena de força o energia constant que prové de dins del cos i que estan a la frontera entre la part psíquica i la biològica. Un instint té un origen, un objecte i una finalitat. L’origen és una excitació dins de l’organisme causada per algun desequilibri, per exemple la gana. L’objecte pot ser el mateix cos o bé un objecte extern, per exemple una poma. I la finalitat és restablir l’equilibri, o sigui, en aquest cas, menjar i saciar la gana. Freud deia que tots els éssers vius tenien dos instints. L’instint d’autoconservació i l’instint sexual. La força de l’instint sexual s’anomena libido. En general, tant els instints sexuals com els d’autoconservació es regeixen pel principi de plaer. Però com que el principi de plaer també considera que cal evitar el dolor, molt sovint cal controlar els instints per tal d’evitar el dolor. En aquest cas els instints es regeixen pel principi de realitat. Per exemple, si un animal té molta gana i veu que el seu menjar es troba al costat d’un depredador seu, deixarà aquest menjar i el buscarà en un altre lloc perquè si seguís el principi de plaer segurament acabaria morint. En el cas de les persones, la satisfacció dels instints és també molt flexible. Si tens set i desitges una beguda de cola però només tens aigua a disposició, t’adaptes i beus aigua abans que morir de set.  Freud va donar molta importància a l’instint sexual en la vida de les persones. Considera que la sexualitat també té un origen, un objecte i una finalitat. L’origen és una estimulació nascuda d’una part de l’organisme, anomenada zona erògena. Aquesta part de l’organisme que estimula la sexualitat va evolucionant al llarg de la vida d’una persona i pot ser qualsevol part del cos, tot i que els òrgans genitals són una de les principals zones erògenes. L’objecte pot ser una persona de l’altre sexe, del mateix sexe o el propi cos. La finalitat de la sexualitat és restablir l’equilibri que neix de l’impuls sexual, la libido. La manera de restablir aquest equilibri evoluciona des del nen fins a l’adult. Freud és el primer psicòleg que parla de sexualitat infantil en tant que primera etapa d’un procés que evolucionarà fins a arribar a la sexualitat de la persona adulta. Aquesta concepció li va comportar molts problemes perquè la moral de la seva època era molt estricta en aquests temes.  **a. La nova teoria dels instints: eros i thànatos.**  L’any 1920 Freud revisa la seva teoria dels instints a causa d’una sèrie de problemes que tenia amb l’antiga teoria dels instints únics: el de la sexualitat i el de l’autoconservació. Fonamentalment, Freud no podia explicar per què les persones tenien tendències agressives, odis, etc. Possiblement la Primera Guerra Mundial també va influir en aquest canvi de pensament. Aquests problemes i d’altres que es trobava a la consulta van fer que Freud elaborés una nova teoria dels instints. En aquesta teoria, els instints també eren dos, però ben diferents. Un instint seria l’instint de vida, que englobaria la sexualitat i l’autoconservació. Aquest instint o principi el va anomenar eros, en record del mite grec, el déu de l’amor. L’altre instint seria el principi de mort o de destrucció, que explicaria les conductes agressives de les persones, com el sadisme, el masoquisme, l’instint de domini i l’instint de destrucció. Aquest principi de mort va ser anomenat thànatos pel seu deixeble Fedem. La finalitat d’eros és crear vida; la finalitat de thànatos és destruir la vida. D’aquesta manera, la vida de les persones estaria regulada per aquests dos principis oposats: vida i mort, amor i odi. Aquesta dualitat explicaria no solament la conducta dels individus sinó també l’evolució de la cultura humana.   **TEORIA DE LA SEXUALITAT**  L’experiència clínica de Freud amb els seus pacients va demostrar que la causa de molts conflictes psíquics es trobava en algun trauma sexual de la infància o de la madura. Aquest fet i la seva teoria dels instints va portar-lo a elaborar una teoria de l’evolució de la sexualitat que explicaria molts dels conflictes dels seus pacients. Va dividir l’evolució de la sexualitat d’una persona en diverses fases.  **a. Fase oral.** En aquesta fase, el plaer sexual es produeix a la boca i als llavis. Durant aquest període coincideixen l’instint sexual i el d’autoconservació, perquè el fet de xuclar serveix per satisfer la gana en mamar. Se situa dels 0 als 2 anys.  **b. Fase anal.** La zona erògena es relaciona amb l’anus i el fet de controlar l’expulsió dels excrements i el control dels esfínters. Se situa entre els 2 i els 2 anys, el període en què el nen adquireix aquesta capacitat de control.  **c. Fase fàl•lica..** La zona erògena se centra en els òrgans genitals, tant en els nens com en les nenes. Aquesta etapa se situa entre els 3 i els 5 anys. El factor més destacable d’aquesta fase és l’aparició e l’anomenat complex d’Èdip. La mitologia grega parla d’Èdip com d’un personatge que va matar el seu pare, es va casar amb la seva mare i va esdevenir rei. Èdip no sabia que la persona que va matar fos el seu pare ni que la persona amb qui es casava era la seva mare. Quan ho va saber, se’n va penedir i es va castigar arrencant-se els ulls. Freud creu que tots els nens, en aquest període, tenen un desig eròtic per la seva mare i veuen el pare com un rival. El mateix els succeeix a les nenes, però a la inversa, senten un desig pel pare i contemplen la mare com una rival. Aquesta fantasia es resol amb importants conseqüències. En primer lloc, enriqueix la vida afectiva del nen o la nena en experimentar el sentiment d’amor-odi envers el pare o la mare. En segon lloc, serveix per trobar un model d’identificació sexual: el pare per al noi i la mare per a la noia. El nen s’identifica amb el seu pare perquè creu que així aconseguirà l’amor de la mare, i el mateix fa la nena en identificar-se amb la mare. I en tercer lloc, el nen o la nena, davant de la por al càstig, aprenen a obeir els pares i en el seu interior es comença a formar el superjò, la part moral de la personalitat. Freud afirma que el complex d’Èdip és un fet normal i general. Habitualment aquesta fase se supera de manera positiva i gens traumàtica. En llenguatge popular, s’utilitza l’expressió que les nenes són més dels pares, i els nens, de les mares. Si no se supera correctament la fase fàl•lica, poden sorgir problemes a l’edat adulta.  **d. Fase de latència.** És un període en què disminueix l’interès sexual del nen o de la nena. Al mateix temps s’interioritzen les prohibicions paternes i es van conformant el superjò. Dura entre els 6 i els 11 anys i és una etapa en què, habitualment, els nenes i les nenes juguen separats, sense demostrar gaire interès entre ells.  **e. Pubertat.** En aquesta fase, la libido s’independitza totalment dels pares i arriba al seu gra de maduresa. L’objecte amorós és habitualment una persona de l’altre sexe i es manifesta un gran interès per la sexualitat, que coincideix amb una sèrie de canvis hormonals i fisiològics. Les tendències amoroses combinen la tendresa i la sexualitat. Correspondria a l’etapa de l’adolescència.  **ELS SOMNIS** . Tradicionalment, s’han atribuït poders màgics als somnis o bé s’han considerat visions que anunciaven el futur. Des de la cultura grega amb els oracles o la cultura jueva amb els somnis d’inspiració divina, les persones han tingut un respecte sagrat pels somnis. Freud va donar una nova visió del sentit del somni a partir de la seva experiència clinica. Segons Freud, els somnis són manifestacions de l’inconscient i per tant són un camí privilegiat per conèixer l’inconscient de les persones. Sovint els somnis són desitjos de l’inconscient, de l’allò, que no poden ser acceptats pel jo o pel superjò. En aquesta senzilla estructura, els somnis són més complexos. Cal distingir entre dos aspectes dels somnis: el contingut manifest i el contingut latent. El contingut manifest és allò que recordem d’un somni: situacions estranyes, inconnexes, sense lògica, que poden ser agradables o desagradables. El contingut latent són realment els desitjos de la persona que volia manifestar en el somni. És a dir, que els somnis són manipulats, transformats o tal com es diu en psicoanàlisi censurats pel jo i el superjò. Allò que somiem, contingut manifest, és diferent d’allò que realment significa el somni, contingut latent. Aquesta circumstàncies fa que calgui interpretar els somnis per tal de conèixer què ens vol dir la persona amb aquest somni. Per poder interpretar un somni, cal conèixer en primer lloc la vida de la persona, quins fets importants ha viscut, quines persones l’envoltaven, etc... Aleshores el psicoanalista ha de relacionar el somni amb la vida de la persona i buscar-li un sentit. Una eina que pot ajudar el terapeuta és el fet que els somnis utilitzen símbols descriptius. Per exemple, una casa que representa el cos humà, els pares es presenten com a reis i reines, l’aigua que simbolitza el naixement, objectes que representen els òrgans sexuals masculins com pals, claus, ganivets, o els femenins com bosses, caixes, portes, etc... Molts d’aquests simbolismes són característics dels contes, la mitologia i el folklore i cal utilitzar-los amb molta prudència perquè sovint un mateix objecte o situació pot simbolitzar coses diferents. Al capdavall, la interpretació d’un somni es basa en la capacitat d’anàlisi del psicoanalista i en el coneixement que tingui de la biografia del pacient.  **TEORIA DE LA CULTURA**  En els seus darrers llibres, Freud reflexiona sobre la religió i la cultura. Els seus punts de vista estan totalment relacionats amb la seva teoria psicoanalítica.  Freud era jueu si bé no va ser mai practicant ni creient, però coneixia molt bé la història de la religió. Per Freud la religió és una il•lusió que comença en els pobles primitius com una actitud davant de fenòmens que no poden explicar. També relaciona el lligam entre l’ésser humà i déu amb el complex d’Èdip i l’ambivalència d’amor-odi que s’experimenta davant de la figura del pare. De fet, Freud afirma que déu és una substitució del pare que s’ha perdut en el complex d’Èdip. En el vocabulari religiós jueu i cristià, es parla sempre del pare-déu. Quan la persona adulta ja no té la protecció dels seus progenitors, se sent dèbil i desemparat davant del món i busca en el déu-pare la seguretat que tenia abans, quan era petit, amb els seus pares. Per aquest motiu, a l’adolescència, molt sovint, es produeixen les crisis religioses de manera paral•lela a les crisis de relació amb els pares. Quan l’adolescent comença a qüestionar la figura del pare qüestiona també la figura de déu.  L’any 1930 escriu un dels seus llibres més famosos, “El malestar a la cultura”, en el qual exposa els seus punts de vista sobre la societat i la civilització humana. Afirma que l’ésser humà no és feliç després de tants anys de cultura i civilització, perquè té molts sofriments provinents del propi cos –malalties, etc-, del món exterior –desgràcies naturals, etc- i sobretot de la convivència i de les relacions amb les altres persones. La civilització, la cultura, impedeix que l’ésser humà satisfaci els seus impulsos i per tant no és feliç. D’altra banda, Freud reconeix que la repressió que exerceix la cultura sobre aquests instints humans és la base de la civilització, i que gràcies a aquesta repressió existeixen els grans llibres, les obres d’art, la música, etc. Però el preu que s’ha de pagar per aquesta civilització significa l’acceptació de molts prohibicions i normes morals que reprimeixen els nostres instints, i en aquest sentit creu que l’ésser humà primitiu era més feliç encara que tenia menys poder i menys seguretat. Freud accepta que sense les normes, el superjò que fixa la societat, l’agressivitat de l’ésser humà posaria en perill la convivència. Ara bé, aquesta estructura comporta que la nostra cultura sigui neuròtica perquè sempre s’està lluitant entre la força de l’instint i la repressió del superjò que genera el complex de culpabilitat. Com més cultura, més repressió i més sentiment de culpa. En certa manera, ens trobem en un carrer sense sortida: perquè la persona pugui ser considerada com a tal, i no com un animal, necessita cultura. Però perquè hi hagi cultura, cal repressió. I no sembla que hi hagi una sortida a aquest conflicte.  **LES MALALTIES MENTALS I LA SEVA TERÀPIA SEGONS LA PSICOANÀLISI.**  Bàsicament, la malaltia mental que tracta la psicoanàlisi és la neurosi. La neurosi és un trastorn mental ocasionat per un conflicte interior entre els desitjos inconscients de l’allò, o les exigències del superjò, i el jo conscient. Podríem definir-la com la incapacitat del jo per resoldre els conflictes inconscients del psiquisme. La persona neuròtica manifesta determinats símptomes que dependran del tipus de neurosi que pateixi. Són persones molt inestables emocionalment, a vegades agressives contra elles mateixes o contra els altres, amb possibles trastorns en el son i també en aspectes físics com la vista, els moviments de braços i cames, etc. La psicoanàlisi va estudiar especialment dos tipus de neurosi: la neurosi histèrica i la neurosi d’angoixa. La causa que desencadena una neurosi pot ser un conflicte emocional com la mort d’un familiar, un fracàs professional o personal, un estrès de treball, etc. Però darrera de la causa determinant s’amaga el conflicte inconscient entre el superjò o l’allò i el jo. Les relaciones entre el neuròtic i els altres són ambivalents, perquè necessiten dels altres, però també en desconfien..  La neurosi histèrica es caracteritza perquè es manifesta en forma de mals funcionaments corporals, motors, visuals, d’oïda, d’alimentació, etc.  La neurosi és una malaltia que també s’ha analitzat en altres escoles psicològiques que defensen unes causes i unes teràpies diferents de les proposades per la psicoanàlisi..  La teràpia psicoanalítica ha anat evolucionant des que Freud va començar a investigar. La primera teràpia era la hipnosi. S’hipnotitzava el pacient i, en l’estat hipnòtic –és a dir, en un estat de somni en el qual el pacient pot ser suggestionat-, era possible que l’inconscient del malalt es manifestés sense por de la repressió. D’aquesta manera, l’analista podia conèixer el conflicte que originava la neurosi. Freud va abandonar aviat aquesta teràpia , el 1892, a partir d’un cas en què la pacient no va respondre a la hipnosi però en canvi va poder ser curada. De fet la hipnosi era un recurs per aconseguir fer funcionar el mètode anomenat catàrtic, que van experimentar amb èxit Breuer i Freud. El mètode catàrtic consisteix a fer reviure en el pacient –és a dir, tornar-li a la consciència- una situació emocional conflictiva reprimida. El fet de tornar a viure el trauma comportava un efecte curatiu i servia per eliminar el trauma que ocasionava la neurosi. En aquest sentit, la psicoanàlisi busca les representacions reprimides, inconscients, per tal d’integrar-les al conscient. Mentre aquests impulsos inconscients estan reprimits i no poden aflorar, es genera un trauma, un conflicte psíquic. El més difícil del mètode catàrtic és el fet d’arribar a aquests traumes amagats en l’inconscient.  La hipnosi no era un bon mètode per arribar a conèixer els traumes i Freud el va substituir pel mètode de les associacions lliures, que funciona de la manera següent: al despatx del psicoanalista, el pacient s’ajeu en un divan, mig a les fosques, i va dient lliurement i sense cap criteri tot el que li ve el cap. La repetició d’algunes paraules, la inquietud que generen d’altres, van donant pistes al psicoanalista sobre els conflictes del pacient. El desordre i l’aparent incoherència amb què es diuen les paraules fan que la repressió no hi intervingui.  A més de les associacions lliures, l’altre mètode per conèixer l’inconscient del pacient és l’anàlisi i interpretació dels seus somnis. Aquesta anàlisi la duen a terme el psicoanalista i el pacient conjuntament.  El mètode psicoanalista és lent i demana un tractament llarg, d’un any o més a raó de dues a tres sessions setmanals d’una hora. En primer lloc, cal que el pacient tingui confiança en l’analista, que li aboqui la seva intimitat i que es produeixi una bona transferència. Per transferència s’entén el fet que el pacient projecti en l’analista les seves angoixes i traumes. En aquest sentit, l’analista fa el paper de pare, de germà, etc., segons el conflicte que tingui el pacient. Després cal lluitar contra la força de la repressió del superjò que impedeix que els desitjos de l’inconscient es manifestin. Sovint la resistència del pacient és tan gran que el procés fracassa. D’altra banda, el mètode catàrtic és dolorós perquè implica reviure traumes i situacions desagradables. De tota manera, molts pacients han aconseguit una vida psíquica equilibrada després d’un tractament psicoanalític.      **ESTRUCTURA DE LA PERSONALITAT**  En principi, (**Primera Tòpica, 1913**) Freud distingeix dos àmbits o estructures ("instàncies", en la terminologia de Freud): El pre-conscient i l'inconscient.  El**Pre-conscient** es compon de records i aprenentatges que no són conscients, però poden arribar a ser-ho fàcilment: és "disponible" i es regeix pel "principi de realitat".  **L'Inconscient** és un conjunt d'energia (forces instintives), continguts reprimits i representacions que escapen al nostre control perquè una barrera (censura) no els permet d'exterioritzar-se.  L'inconscient no és conscient ni pot ser-ho, ja que és reprimit, i es compon de pulsions innates, desigs i records reprimits que procuren per trobar satisfacció (es regeixen pel "principi del plaer"); per això l'inconscient és dinàmic.  Per fi, entre el Pre-conscient i l'Inconscient Freud situa la Censura, això és, la funció de repressió (en aquest moment de la seva teoria, Freud encara no s'aclareix prou bé sobre la censura, però cal dir que la compara amb un guardià vigilant que no permet que passi a la consciència allò que es troba en l'inconscient; durant el son, la vigilància de la censura es relaxa una mica i llavors els desigs reprimits poden aflorar, però "disfressats" en formes simbòliques; d'aqui ve la necessitat d'interpretar els somnis).  **Manifestacions de l'Inconscient.**  **Els somnis**: Satisfacció simbòlica de desigs inconscients reprimits que escapen a la censura. **Actes fallits:** Actes no resolts satisfactòriament per l'acció de forces inconscients que ho impedeixen. **Lapsus (linguae i calami**): Oblits aparentment intranscendents que obeeixen a bloqueigs de l'inconscient. **Acudits**: Construccions lingüístiques que provoquen la sortida d'idees latents, que la consciència no accepta. Es la disfressa de continguts perillosos que s'amaguen a la censura. **Neurosi**: Malaltia psíquica, que mitjançant uns símptomes, manifesta simbòlicament un conflicte entre uns desigs fortament reprimits, i un Jo feble que no aconsegueix la seva satisfacció.  A partir del 1920 (**Segona Tòpica**) Freud descobreix nous fets importants: la repressió és realment també inconscient; l'angoixa significa la por del "jo" enfront de l'amenaça de la censura (que aleshores s'anomena "super-jo); per això el "jo" reacciona mitjançant mecanismes de defensa.  Freud llavors conclou que el "jo" s'angoixa no tant pels desigs reprimits com per l'amenaça del "super-jo"; que és el "jo" el que es defensa i reprimeix. - que aquesta repressió la realitza inconscientment, i -que, per tant, ja no es pot identificar (com havia fet fins aleshores) l'inconscient i allò reprimit: també en el "jo" hi ha elements inconscients.  -D'aqui que Freud proposi una nova estructura de la personalitat:  **EL "JO".**  Es compon d'elements conscients (percepció externa o del món, percepció interna, processos intel•lectuals). Es compon d'elements pre-conscients (records no reprimits, aprenentatges), i Es compon d'elements inconscients (mecanismes de defensa). Els mecanismes de defensa.  Per combatre l'angoixa el "jo" disposa d'uns anomenats mecanismes de defensa que tenen com a objectiu satisfer a les dues instàncies (Allò i Super-JO), però no en les seves manifestacions pròpies sinó en un terreny diferent del seu objectiu inicial.  Els principals mecanismes de defensa, elaborats per la seva filla **Anna Freud,** són estratègies que el "jo" utilitza per mantenir l'equilibri, quan se sent amenaçat, ja sigui per les instàncies psíquiques interiors o per les imposicions del món exterior.  Repressió. Es un dels mecanismes de defensa més importants. Es la negació de les pulsions no acceptables pel Super-Jo. Explicació: Consisteix a esborrar un desig que la consciència moral no accepta. Quan la repressió és molt intensa el "jo" pot caure en la neurosi. Exemple: l'incest.  **Regressió**. Retorn a etapes anteriors de la vida on el "Jo" no tenia els conflictes actuals. Es típic en la infància. Exemple: Una nena en tenir una germaneta adopta conductes més infantils per reclamar més atenció.  **Sublimació**. Es la transformació dels impulsos instintius en activitats considerades superiors i per tant més acceptades. Exemple: Està socialment en la gènesi de la cultura, art, religió, les tres serien la sublimació dels instints elementals.  **Projecció**. Atribuir als altres aquells impulsos, idees, o sentiments que el "Jo" considera perillosos. Les fòbies serien pulsions sexuals no acceptades per l'individu que les projecta a l'exterior com a temors. Exemple: Claustrofòbia, agorafòbia.  **Desplaçament**. Consisteix a canviar l'objecte inicial d'una pulsió per un substitut que el "Jo" considera menys complicat o perillós. Exemple: L'amor als animals de les persones solitàries.  **Reacció**. Consisteix a desenvolupar una conducta externa contrària a un sentiment o impuls refusat per les imposicions del Super-Jo. Exemple: Una persona agressiva es converteix en sospitosament pacífica.  **L'ALLÒ.**  Es compon de totes les pulsions innates (agressives i sexuals) reprimides i, a més, de tot el que ha anat essent reprimit (desigs, records): L'allò és la part més primitiva de l'aparell psíquic i, a més, d'un caràcter dinàmic.  **EL SUPER-JO**  Es l'"hereu del complex d'Edip" i equival a una mena de "moral arcaica" que resulta de la interiorització de les prohibicions familiars: el nen, que primitivament és amoral (no posseeix més que l'"allò" no reprimit encara), comença a percebre les prohibicions familiars, que acaben introduint-se en el seu interior, fent-se inconscients i convertint-se en una instància que vigila i amenaça el "jo".  **P U L S I O N S**  L'allò és inconscient i dinàmic: es mou contínuament i posseeix un "poder", com diu Freud, tot i trobar-se reprimit. No pot ser observat en si mateix, però es dedueix que es compon de pulsions, desigs i records reprimits. Les pulsions són la part més primitiva i profunda de l'"allò".  Al principi, Freud reduí totes les pulsions a dues de principals: les pulsions sexuals i les pulsions d'autoconservació. L'energia de les pulsions sexuals rep el nom de "libido". (Sexual: tota sensació agradable localitzada en un òrgan).  Les pulsions sexuals -"sexual" té aqui un sentit molt més ampli que en la seva significació habitual-, al principi es troben molt fragmentades i disperses: es fixen en diferents òrgans del cos i es satisfan també amb objectes molt diferents; només al final s'unificaren amb la primacia de la genitalitat.  Aquestes pulsions es regeixen pel "principi de plaer". En canvi, les pulsions d'autoconservació es regeixen pel "principi de realitat"; el seu prototipus és la gana, però Freud sembla admetre'n tantes com funcions orgàniques (nutrició, defecació, activitat muscular, visió, etc.). En realitat, les pulsions pròpiament dites són les sexuals, i Freud sovint anomena les d'autoconservació, simplement, "necessitats". Per últim, cal dir que les "necessitats" serveixen de suport a les pulsions sexuals: la necessitat d'aliment en el lactant, per exemple, serveix de "suport" a la pulsió sexual, que es localitza a la bosca i busca el seu objecte de satisfacció en el pit de la mare. Tal com es veu, efectivament, "sexualitat" significa aqui quelcom de força llunyà de l'ús habitual del mot.  A partir del 1920, Freud modifica la seva teoria de les pulsions: les pulsions d'autoconservació i sexuals s'integren en una única pulsió, l'"eros", i s'hi afegeix una pulsió nova, la pulsió de mort (Thànatos).  **ELS PRINCIPIS**  Els "principis" que enuncia Freud vénen a ser, més o menys, les lleis que regeixen el desenvolupament de les pulsions. En la primera etapa, Freud ho explica tot pel "principi de plaer" (al qual s'afegeix el "principi de realitat"). A partir de 1920 la preponderància correspon a la "compulsió de repetició".  **Principi de plaer:** Tota l'activitat psíquica té per finalitat evitar el desplaer i procurar-se el plaer. Per "plaer" s’entén aquí la disminució de l'excitació, això és, reduir les tensions, aconseguir una descàrrega de les pulsions.  La finalitat del principi de plaer es deslliurar la persona de la tensió, o, si això és impossible -com ho és habitualment-, reduir la quantitat de tensió a un nivell baix i mantenir-lo tan constant com sigui possible.  La tensió s'experimenta com a dolor o incomoditat, mentre que l’alleugeriment de la tensió s'experimenta com a plaer o satisfacció. Pot dir-se, aleshores, que la finalitat del principi de plaer consisteix a evitar el dolor i trobar el plaer.  El principi de plaer és un cas especial de la tendència universal de tot organisme viu a mantenir el seu equilibri davant els desordres interns i externs.  **Principi de realitat.** Es una modificació del principi anterior: la recerca del plaer no es fa pel camí més curt, sinó mitjançant tombs i ajornaments, en funció de les condicions externes. Les satisfaccions poden diferir-se (per exemple, no "menjar ara i allò que m'agrada", sinó "en el seu moment i allò que em convé, o allò que tinc a casa").  Sorgeixen així les funcions d'ajustament o adaptació a la realitat: atenció, memòria, judici, acció adaptada a la realitat, etc. Amb tot, la imaginació roman sempre subordinada al principi de plaer (somnis en què es "realitza" l'irreal i impossible) i les pulsions -sobretot les sexuals- es rebel•len i s'escapen amb excés.  Freud insisteix -i això és molt important en la seva concepció- en això que el "principi de realitat" és el fonament de l'ordre social, de la cultura, de l'educació, la moral, l'art, etc.. Per això Freud va escriure una obra que es titula: "El malestar en la cultura".  Realitat significa allò que existeix.  La finalitat del principi de realitat és demorar la descàrrega d'energia fins que es trobi o es presenti l'objecte real que satisfarà la necessitat. Per exemple, el nen ha d'aprendre a no dur-se qualsevol cosa a la boca cada cop que té gana. Ha d'aprendre a reconèixer l'aliment, i a postergar el menjar fins que hagi localitzat un objecte comestible. D'altra forma, tindrà experiències doloroses.  El demorar l'acció significa que el "jo" ha de ser capaç de tolerar la tensió fins que aquesta pugui ser descarregada per una forma apropiada de comportament. La institució del principi de realitat no implica que el principi de plaer sigui rebutjat. Tan sols es suspèn temporalment en interès de la realitat. Al seu degut temps, el principi de realitat porta al plaer, per bé que la persona hagi de suportar certa incomoditat mentre busca la realitat.  **Compulsió de repetició:** En "Més enllà del principi de plaer", 1920, i el títol és molt significatiu- Freud afirma que existeix quelcom de més radical que el principi de plaer: "la compulsió de repetició, que és la tendència a repetir les experiències fortes, siguin quins siguin els seus efectes, agradables o desagradables. Aquesta "compulsió" permet la conservació de les pulsions i és la base de la pulsió de mort.  **Primer Esquema de la personalitat (Primera tòpica)**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Instàncies** | **Pulsions** | **Principis** | | Conscient |  |  | | Pre-conscient | Sexuals | Principi de plaer | | Inconscient | D'autoconservació | Principi de realitat |   **Segon Esquema de la personalitat (Segona tòpica , 1920)**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Instàncies** | **Pulsions** | **Principis** | |  |  |  | | JO | De l'Eros | Principi de plaer | | SUPERJÒ | De Thànatos | Principi de realitat | | ALLÔ |  | Principi de compulsió de repetició |   **EVOLUCIO POSTERIOR DE LA PSICOANALISI**  Entre els que varen desenvolupar les idees de Freud podem destacar:  **A. Adler (1870-1937)**  Psiquiatre austríac que va treballar amb Freud fins el 1911. Adler no acceptava l'origen sexual de totes les neurosis, defensava l'existència de factors socials i professionals que les provoquen. Desenvolupà la idea d'un complex d'inferioritat que ha de ser compensat mitjançant l'autoafirmació del "Jo". C.G. Jung (1875-1961) Psiquiatre suís que va treballar amb Freud fins el 1913. Defensa l'existència d'un inconscient col•lectiu que es manifesta mitjançant uns arquetips que es transmeten de generació en generació. Aquests arquetips són l'equivalent dels complexos en l'inconscient individual.  **M. Klein (18 2-1960)**  Psicoanalista austríaca. Desenvolupa l'aplicació de la psicoanàlisi a la infància. Analitza les fantasies infantils arcaiques i les conseqüències psíquiques que la valoració entre objectes bons i dolents té en el desenvolupament de la seva conducta.  **J. Lacan (1901-1981)**  Psicoanalista francès. Fundador de l'Escola Freudiana de Paris. Es dedica a una nova lectura del pensament de Freud. Estableix una nova tòpica del psiquisme: el real (l'allò), l'imaginari (JO) i el simbòlic (Super-JO). Considera que l'inconscient està organitzat com un llenguatge que s'expressa metafòricament.  **El freudo-marxisme.** W. Reich (1897-1957). Herbert Marcuse (1898-1980). Erich Fromm (1900-1980).  Es una interpretació més ideològica que psicològica. Tots ells intenten unir el marxisme amb la psicoanàlisi. Defensen una societat sense classes, que no reprimeixi la sexualitat. Justícia social i llibertat sexual, possibilitarien l'emancipació de l'home alienat. La seva influència ha estat molt important en els moviments contraculturals com els hippyes, Maig del 68 francès, etc.   **PSICOANÁLISI. Glossari**   **ALLÒ** Conjunt de pulsions primàries dels instints. És l’energia que ens mou. Obeeix al principi de plaer. És inconscient  **CENSURA** Control dels actes d’una persona. La consciència rebutja els desitjos, pensaments o actes que són perillosos o no estan d’acord amb actes que les normes socials. Aquests impulsos censurats queden reprimits, però són actius a l’inconscient.  **COMPLEX** Grup de representacions mentals i sentiments, en connexió entre ells i inconscients o subconscients.  **COMPLEX D’ÈDIP** Etapa normal del creixement d’un nen o una nena que es caracteritza per una sèrie de sentiments de tipus eròtic envers el progenitor del sexe oposat. Es produeix al voltant dels 4-5 anys.  **CONSCIENT** Coneixement que hom té d’ell mateix, d’allò que l’envolta i de la seva conducta. S’oposa a inconscient.  **EROS** Nom que es dóna a l’instint o principi de vida en la segona teoria dels instints que va elaborar Freud. És el contrari de l’instint de mort.  **HIPNOSI** Estat de somni parcial provocat artificialment en el qual la persona pot obeir determinades suggestions que li fa l’hipnotitzador. Estat de son profund en el qual resulta tan exaltada la suggestibilitat de l’individu que aquest pot obeir, fins i tot un cop despert, les ordres que li dóna aquell qui, emprant diversos mitjans, pot sumir-lo en aquest son. La psicoteràpia recorre a la hipnosi per tal d’eliminar pertorbacions funcionals de caràcter psíquic.  **HISTÈRIA** És una neurosi que s’expressa físicament. Els símptomes de les crisis histèriques són paràlisis parcials, pèrdua de la visió o de la parla, etc.. No tenen una base física sinó psíquica. Són manifestacions de l’inconscient.  **INCONSCIENT** Conjunt de processos que actuen sobre la conducta però que s’escapen de la consciència. A l’inconscient neixen els desitjos i les conductes humanes. Es manifesta a través dels lapsus, oblits, somnis i en els símptomes neuròtics.  **INSTINT** Comportament innat, espontani, invariable i comú als individus de la mateixa espècie. La psicoanàlisi distingeix dos instints bàsics: l’instint d’autoconservació i l’instint sexual. L’any 1920, Freud revisa la teoria i parla de dos altres instints: l’instint de vida (eros) i l’instint de mort (thànatos)  **JO** És el conjunt de motivacions i d’actes d’una persona que permeten l’adaptació a la realitat, satisfan les seves necessitats i resolen els conflictes fruit dels desitjos impossibles. Funciona a nivell conscient per mitjà del raonament i a nivell inconscient per mitjà dels mecanismes de defensa.  **LÍBIDO** Nom donat a l’energia dels instints vitals. Aquesta energia es localitza en diverses zones erògenes que varien segons l’edat. És també un sinònim de l’energia o pulsió sexual.  **MECANISMES DE DEFENSA** Mecanismes o recursos psicològics que serveixen per reduir les tensions que es creen quan el jo el superjò no poden satisfer les demandes de l’allò. Els mecanismes de defensa funcionen reprimint una activitat o un desig o bé transformant el desig en una activitat socialment ben considerada.  **NEUROSI** Trastorn mental que reflecteix un conflicte interior entre les forces de l’allò i les instàncies morals del superjò. La persona neuròtica té consciència del seu conflicte però se li n’escapen les causes. Desordre lleu de la conducta. El símptoma general més important de la neurosi és l’angoixa. A l’inversa de les Psicosis, els símptomes en el neuròtic mai no representen un canvi radical en la interpretació del món exterior; els neuròtics són relativament conscients de la seva situació anormal i, per bé que no necessiten internament psiquiàtric, poden ser subjectes de tractament. Dins les neurosis més importants sobresurten les d’angoixa (preocupació excessiva per l’existència). Histèries Fòbies.  **PRECONSCIENT** Conjunt de processos psíquics latents però que es poden fer assequibles, és a dir, conscients.  **PRINCIPI DE PLAER** Tendència de l’organisme a satisfer les seves necessitats quan es produeix un desequilibri o una excitació. És el principi pel qual es mou l’allò.  **PRINCIPI DE REALITAT** És un principi de plaer adaptat a les exigències de la realitat i al món exterior. La persona aprèn a renunciar a un plaer immediat bé per evitar un sofriment bé per aconseguir una satisfacció més gran. El jo funciona d’acord amb el principi de realitat.  **PULSIÓ SEXUAL** Tota sensació agradable localitzada en un òrgan.  **SOMNI** Les imatges i situacions dels somnis són manifestacions de l’inconscient i la realització de desitjos reprimits. Habitualment, els somnis estan disfressats i cal un treball d’interpretació per descobrir-ne el significat.  **SUPERJÒ** Conjunt de normes morals inconscients que regulen la conducta. El superjò té una funció autoritària tant en relació a l’allò com al jo.  **THÀNATOS** Nom donat al principi o instint de mort en la segona teoria dels instints de Freud. S’oposa a eros.  **TRAUMA** Ferida psíquica.     |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **FASES DE DESENVOLUPAMENT SEGONS FREUD** | | | | | ***Edat*** | ***Fase*** | ***Font de plaer*** | ***Trets*** | | 1-18 mesos | Oral | Boca, llavis i llengua; mamar, mastegar, menjar, mossegar, vocalitzar | Optimisme-pessimisme. Impaciència. Enveja. Agressivitat | | 18 mesos -         3 anys i mig | Anal | Anus: retenció, expulsió, control, disciplina higiènica,netedat | **Retentiu anal**: avarícia, obstinació, ordre, compulsiu, meticulositat.  **Expulsiu anal:** crueltat, destrucció, desordre. | | 3-5 o 6 anys | Fàl·lica  (Èdip) | Òrgans genitals: curiositat pel propi cos i el dels altres | Relació amb altres. Afirmació. Amor propi. Caràcter gregari. Castedat. | | 6-12 anys | Latència | Sensitiu motor: les del coneixement, accions recíproques amb el grup d'amics de la mateixa edat | Diferenciació (elaboració de trets d'etapes anteriors). Aprenentatge social. Desenvolupament de la consciència | | Pubertat | Genital | Contactes heterosexuals.  Productivitat | Mescla harmoniosa de trets d'etapa anterior. (Capacitat més plena per a l'amor i el treball) | | *(Tret de N.C. Dicaprio. Teoría de la personalidad. México. Interamericana, 1976, p. 37)* | | | | | |  | |

|  |
| --- |
| **Per comentaris i suggeriments:**[**joancampeny@yahoo.es**](mailto:joancampeny@yahoo.es) |