

Anna Freud

"El yo y los mecanismos de defensa"

E. Paidós. España. 1980. 1º reimpresión

Síntesis: CAPITULOS I AL V

Anna Freud comienza con una crítica a aquellas corrientes psicoanalíticas que no ponderan la adaptación al mundo exterior, el valor de los conceptos de salud y enfermedad o de virtud y vicio y se centraba únicamente en los impulsos reprimidos, en las fantasías y los afectos. Exalta la visión de un yo que podría evaluar la conveniencia e inconveniencia de lo que procede del ello.

Sostiene que la terapéutica psicoanalítica ha obligado a modificar esas faltas de valoración, que si algún sentido tiene investigar el ello es que esta sirva para restablecer la integridad del yo.

La denominación de psicoanálisis debe reservarse para los nuevos descubrimientos de la vida psíquica inconsciente, es decir del conocimiento de los impulsos instintivos reprimidos de los afectos y fantasías. La teoría psicoanalítica fue ante todo una psicología del inconsciente o del ello, pero aplicada a la terapéutica, su objeto de estudio fue el Yo y sus perturbaciones. La investigación del ello y sus diversas maneras de actuar siempre constituyeron sólo el medio para lograr el fin.

La tarea del psicoanálisis consiste en adquirir el mayor conocimiento de las tres instancias constitutivas de la personalidad psíquica, así como de su relación entre sí, y con el mundo externo.

En lo que respecta al yo entraña el estudio de sus contenidos, sus límites y funciones, y la historia de su relación con el mundo exterior, con el ello y el superyo bajo cuyas influencias se ha formado.

El conocimiento del ello solo puede adquirirse gracias a los derivados que pasan a los sistemas preconciente y consciente. El superyo es distinto sobre todo porque sus contenidos son conscientes, y accesibles directamente a la percepción intrapsíquica. El superyo se desdibuja cuando entre él y el yo hay armonía, y se deja sentir cuando enfrenta al yo críticamente. Nada hay en el impulso mismo, nada que sea molesto o peligroso para el yo, nada hay en el yo que se oponga específicamente al ello, el rechazo yoico de los impulsos del ello no tiene otra razón que la angustia del yo ante el superyo que tiñe la realidad exterior de prohibitiva y al impulso instintivo de peligroso.

Muestra un yo determinado por la angustia ante el superyo, que se le aparece como amenaza proveniente del mundo exterior. Ahí está la fuente de la neurosis, ligada al estancamiento, a la imposibilidad de satisfacción de impulsos libidinales y agresivos por obra de recursos automáticos disparados por un yo sumiso.

Se cuestiona y critica a la educación y a la influencia parental, se pregunta por qué no es posible constituir un superyo más flexible.

Dirige a la realidad exterior, a los padres reales y a la instancia educativa una crítica y les otorga estatuto decisivo en la conflictiva del yo.

La salud es una situación difícil de observar, porque la fuerza invasora del ello sucumbió y el reposo anímico domina.

La terapéutica se dirige al yo, observa al yo que es a su vez su propio observador y el que cumple una función de control intrapsíquico.

El yo funciona a proceso secundario así como el ello a primario y a puro principio de placer.

Entiende la represión como la definitiva aniquilación del impulso del ello por el yo. En la neurosis retorna "el material reprimido".

Da mucha importancia a la formación reactiva, dice que es una protección permanente del yo contra el ello y lo relaciona con los descubrimientos de Reich del carácter. Dice que cuando la formación reactiva fracasa, se ve en acción simultánea tanto al impulso que generó la defensa como a la defensa misma.

Esta simultaneidad dura poco, porque el yo tiende a la síntesis. De modo que no tarda en surgir el conflicto y de ahí hay un paso a la represión o a la formación de compromiso.

¿Con qué cuenta el analista observador para analizar el ello?

La tarea es hacer conciente lo inconsciente sea cual sea la instancia intrapsíquica a la que pertenece, y el analista dirige su atención a las tres instancias de manera objetiva e igualitaria.

Desde este punto de vista el analista es el colaborador de los elementos reprimidos del ello. Pero también desempeña para el Yo un papel perturbador de su trabajo ya que va descubriendo las represiones ejecutadas y destruye formaciones de compromiso cuyo efecto era patológico pero que la modalidad había sido aceptada por el Yo, de tal forma que las instancias del yo consideran peligrosos los propósitos del analista.

Sin embargo puede haber otra alternativa cuando el yo funciona como aliado del analista en tanto ejerce la autoobservación poniendo su capacidad al servicio del análisis a través de los derivados inconcientes llegados a sus terrenos, procura una visión de las otras instancias.

Ahora bien el yo puede funcionar como adversario del análisis en tanto que en la autoobservación se conduce con parcialidad e inseguridad, y mientras al paso que registra y trasmite con fidelidad hechos falsifica y rechaza otros, escudándose contra sus manifestaciones.

Finalmente el mismo yo es objeto de análisis en tantos sus mecanismos de defensa funcionan de manera inconsciente y solo mediante un laborioso esfuerzo son llevados del inconsciente a la conciencia.

Todo material que sirve para la investigación del análisis del yo, surge en la técnica psicoanalítica bajo la forma de resistencia. El analista utiliza la libre asociación del paciente, la defensa del yo frente a los instintos adopta la forma de oposición directa a la propia persona del analista.

Junto a las resistencias del yo existen las resistencias de la transferencia que tienen su fuente en los impulsos de repetición, por lo tanto no resulta ser tan válido hablar de que las resistencias sean el resultado de una medida defensiva del Yo pero si ocurre que toda defensa del yo contra el ello puede considerarse como una resistencia contra el trabajo analítico.

El yo combate con los derivados del ello que intentan introducirse a su territorio para aflorar a la conciencia y obtener así su gratificación, también despliega una defensa contra los afectos asociados a los impulsos instintivos, sea amor, nostalgia, celos, resentimiento, dolor o aflicción lo que acompañe al deseo sexual, o sea odio, cólera y rabia lo que se asocie al impulso agresivo.

Ciertas actitudes corporales como la rigidez y la tiesura o la cierta peculiar manera ser, una sonrisa estereotipada, un comportamiento burlón, irónico o arrogante son residuos de antiguos procesos defensivos que se han transformado en rasgos permanentes del carácter. W. Reich

Los síntomas neuróticos aparecen como modos de fijación de mecanismos defensivos. El papel del Yo en la formación de aquellos compromisos denominados **Síntomas**, consiste en el uso invariable o fijación de un especial método de defensa erigido contra una particular exigencia instintiva.

Ahora bien el terapeuta logra analizar al ello y sus funciones por medio de tres vertientes que ubica como:

- a. Aquellos símbolos que son constantes y universales,
- b. Los actos fallidos que son irrupciones del ello, y
- c. la transferencia, que responde a la necesidad de repetir impulsos que nos permiten ver las tempranas vinculaciones con el objeto, y que son reeditados por el paciente en el aquí y ahora de la relación con el analista.

De este último aspecto se transfieren:

1.- Los impulsos libidinales, es decir impulsos que emergen del ello y sentimientos antiguos, derivados del Complejo de Edipo y del Complejo de Castración. La técnica es descubrir el valor infantil de aquello que se transfiere, volver el pasado a su origen y librar el presente al yo de los embates del pasado. El camino es ir desde el yo hacia el ello, desmontar el impulso.

2.- Las defensas: o sea reacciones a impulsos tempranos - impulsos que no tienen entrada porque son sustituidos por la reacción ante ellos. Es necesario primero atender al mecanismo defensivo en acción. Ahora es necesario y a la inversa, es decir del ello al yo, y es posible seguir el camino del instinto y sus transformaciones. Se puede descubrir así un impulso agresivo reprimido por una defensa del yo surgida inicialmente cuando ese impulso apareció por vez primera en la infancia. En este caso no sólo se llena como en el primero una laguna del recuerdo, es posible tener acceso a la historia del desarrollo del yo, a la historia de cómo el yo fue resolviendo el embate del impulso del ello.

3.- La actuación en la transferencia: Estas revelan las proporciones de los componentes de la estructura psíquica del paciente. Se detectan en ellas la energía de la que están dotadas las tres estructuras el ello, el yo o el superyo. Es una muestra de los aspectos absolutos y relativos de la síntesis psíquica. Es el momento donde el analista puede observar más nítidamente pero también el momento donde menos puede operar técnicamente.

Ahora bien técnicamente, la interpretación de la actuación en transferencia tiene poco valor.

Hasta aquí analizar los "derivados del ello" es cualitativamente distinto según se enfrente el analista en la transferencia a: sustitutos anacrónicos, defensas o a actuaciones.

El análisis del yo ha cobrado importancia a partir del descubrimiento de que el yo es fuente indudable de las resistencias, no coincide con la conciencia, y que el accionar del yo es en buena medida inconsciente. Por otra parte preciso entonces analizar al ello y sus derivados como al yo y su oposición al ello. En muchos casos sólo el análisis de las operaciones defensivas inconscientes del yo permite reconstruir el camino de la deformación de un impulso instintivo.

No considera bueno un análisis que sea exclusivamente análisis del ello y sus derivados, ni un análisis que sea exclusivamente análisis de las resistencias, ni tampoco exclusivamente de la transferencia. Es decir el peligro está en la unilateralidad del análisis.

Cuestiona el funcionamiento infantil a la luz de contradicciones que hay entre éste y lo que sería de esperar. Aquí hay patrones externos indicadores de normalidad o patología y por esta vía se encuentra diciendo que el niño no es tan transparente: Cuando se realiza un deseo esperado en lugar de alegría hay expectativa de castigo, o cuando se impone una postergación, en lugar de mostrar decepción el niño muestra indiferencia, cuando nace un hermano hay ternura excesiva en vez de celos. Esos son indicadores conductuales de que el niño padece angustia de castración y esa es la manera del yo de

defensa ante ella. En estos casos en que la conducta no responde a lo esperado hay que suponer que la resistencia está distorsionando la dirección del impulso (del ello) y la tarea analítica es la misma con los niños que con los adultos, es decir hacer consciente la resistencia y la defensa para neutralizarlas.

Para A. Freud el inconsciente es:

- 1.- fuente de determinaciones, en este sentido el ello y sus mociones son "inconscientes" y también las representaciones y los afectos que ellas activan.
- 2.- una operación de la que no hay posibilidad de percatarse, en ese sentido vemos a los mecanismos que permiten al yo sin que se entere, rechazar o tornar inofensivo al ello y sus mociones.

De esta forma el acento recae sobre el yo y sus defensas. Son estrategias o recursos que se descubren como factor común ante el impulso y ante el afecto a él ligado, y que se descubren también vigentes en la formación de síntomas y las resistencias al análisis. Podemos decir que la defensa "está en la base de todas esas formaciones".

Ignorados por el yo actúan recursos para tornar desarmado al ello, al afecto a él ligado, a las representaciones que él lleva, a las dificultades del avance hacia la cura cuando está acercándose, los denominó "mecanismos" o defensas, que operan de distinto nivel (en realidad salvo el desplazamiento son destinos pulsionales lo que llama mecanismos) la represión (que supone tramitación y desplazamiento) el desplazamiento, transformación en lo contrario (que es más bien un destino reactivo), recursos que se oponen tanto a la emergencia del impulso o a la liberación de los afectos que los impulsos ponen en marcha.

El **síntoma** es así una resistencia local paralizada ante un específico impulso del ello, una defensa estancada, **el carácter** es una coraza, una armadura que constriñe en nombre de la defensa contra los impulsos del ello, la célula del yo, que la pone a trabajar contra el ello en lugar de operar hacia el mundo.

Los **síntomas neuróticos** aparecen como modos de fijación de mecanismos defensivos. El papel del yo consiste en el uso invariable o fijación de un especial método de defensa, erigido contra una particular exigencia instintiva, que se repite exactamente con el retorno estereotipado de la misma exigencia. Ciertas neurosis guardan relaciones estables con determinado tipo de defensas, por ejemplo la histeria con la represión y la neurosis obsesiva con el proceso de aislamiento y anulación. Esta misma conexión aparece con los afectos a ellos ligados.

Los pacientes histéricos utilizan especialmente la represión. Por ejemplo calla, reproduciendo con ello en sus asociaciones la misma irrupción que tuvo lugar en su proceso instintivo en la formación del síntoma. La resistencia del neurótico obsesivo es diferente no calla, por el contrario **habla** aunque se encuentra en resistencia, pero ha roto la conexión entre sus asociaciones y al hablar aísla la idea de sus afectos.

Para Anna Freud la defensa es la protección del Yo contra las exigencias instintivas, el significado queda constreñido al de un método particular de defensa. Es en Inhibición Síntoma y Angustia, donde después de su "sustitución" por la idea de represión, S. Freud restaura la noción de defensa. A. Freud, sostiene la afirmación según la cual la represión es un modo específico de defensa, y que en otras patologías se descubren métodos de defensa diferentes (en este caso la formación reactiva, el aislamiento y la anulación). Así, represión, regresión, formación reactiva, aislamiento, anulación, proyección, introyección, vuelta contra la propia persona y transformación en lo contrario así como la sublimación arman la cartera defensiva.

Para A. Freud, son defensas indudables y constitutivas para la introyección y la proyección. Al igual que su padre piensa en el yo como función de dominio de las pulsiones. En Freud se puede observar un discurso que nos muestran al yo más como controlado que controlador de la pulsión y de los mecanismos que le salen al paso.

Técnicas como el aislamiento y la anulación se hallan junto a procesos instintivos reales tales como la regresión, la conversión en el contrario, la vuelta contra sí mismo.

Unos son capaces de dominar grandes cantidades instintivas o afectivas, otros únicamente cantidades insignificantes.

La represión combate ante todo deseos sexuales, otros métodos defensivos se emplean contra los impulsos agresivos, tal vez estos combaten lo que la represión no logró dominar o dejó inconcluso, o lo que retorna de la idea prohibida cuando la represión fracasa.

El aparato anímico emplea antes de la disociación del Yo y del ello y aun de la formación del superyo, métodos de defensa distintos de los que pone en práctica, una vez alcanzadas estas fases de su organización, la represión exige un yo conciente; en tanto el yo está confundido con el ello carece de sentido hablar de represiones.

Los métodos de retención y expulsión de una idea o de un afecto fuera de la proyección y de la introyección dependen de la separación entre el Yo y el mundo externo. La introyección solo será de beneficio para el Yo cuando le queda claro que le pertenece a este y no al mundo externo.

La sublimación, es decir el desplazamiento de la dirección del objeto instintivo hacia uno de valor social más elevado, presupone la aprobación o por lo menos el conocimiento de tales valores, es decir la existencia de un superyo.

Procesos como la regresión, la transformación en lo contrario, y la vuelta contra sí mismo probablemente sean independientes del grado estructural psíquico alcanzado y tal vez son tan antiguos como los instintos o como el conflicto.

CAPITULO VI.- LA NEGACIÓN EN LA DEFENSA

La investigación analítica en torno al problema defensivo ha seguido caminos evolutivos como los siguientes: su punto de partida son los conflictos entre **el ello y el yo**, como en la histeria y la neurosis obsesiva. Cuando el conflicto es entre **el yo y el superyo** aparecerá la melancolía, y cuando el conflicto se da entre **el yo y el mundo externo** aparecen las fobias infantiles a los animales. En todas, el yo se niega a aceptar alguna parte del ello. La instancia que construye la defensa y fuerzas contra la cual se dirige la defensa, no cambia. Los factores que varían son los poderes bajo cuya presión el yo recurre a medidas defensivas, sirven siempre para dar seguridad al yo y ahorrar el displacer.

El yo no sólo protege del displacer de origen interno, sino que también aprende a experimentar el displacer del mundo externo, a pesar de que se encuentra en estrecho contacto con él y del cual toma sus objetos amorosos, extrayéndolos de las impresiones que su percepción capta y elabora su inteligencia. Así que, para A. Freud, a medida que para el niño es mayor la importancia que le da al mundo externo como fuente de placer, mayor son también las posibilidades de obtener displacer de él, ya que el niño aun vive para entonces regido por el principio del placer.

Son ejemplo de ello el caso Juanito, en el cual podemos ver que niega la realidad y por medio de la fantasía la transforma según sus particulares designios y sus propios deseos, sólo así logra aceptarla.

También podemos observar como el poder paterno es desplazado a los animales y sirve como amparo contra el mismo padre. Por ejemplo: A causa de una falta trivial, un cazador fue despedido injustamente por un rey malo, despojándolo de la casa lo expulso

a la selva, durante su viaje le van apareciendo animales que al apuntarles con la escopeta le suplican no matarlos y a cambio le dan dos crías, cuando ya tiene un número significativo de animales regresa al reino y amedrenta al rey, el cual le da la mitad del reino, y a su hija en matrimonio. Las narraciones de animales bondadosos puestas en los mitos y narraciones infantiles del folklore, cuentos infantiles, en donde al padre se le sustraen valiosos atributos que después se los adjudica a sí mismo.

Otro ejemplo es la fantasía de un niño de siete años en la cual él poseía un león manso: aunque éste espantaba a todos y solo a él quería: lo obedecía y lo seguía a todos lados, él atendía a león y cuidaba de su comida y comodidad, por las noches le preparaba un lecho dentro de su propia habitación, es el del niño que tiene un león de mascota y amedrenta a todo mundo, sin que la gente se logre dar cuenta de que el León es inofensivo. Como ésta había varias fantasías ya que se trata de ensueños diurnos. Otro ensueño fue que el niño asistió a una fiesta de disfraces acompañado por el león y haciéndolo pasar por un amigo disfrazado, pero la noticia falsa le hace gozar imaginando la cara de de espanto de la gente si adivina su secreto. Pero al mismo tiempo percibe que su angustia es infundada; ya que el león es inofensivo mientras lo tiene bajo su dominio.

La acentuación del carácter salvaje de los animales demuestra que en el pasado fueron vistos como complejos de angustia. El niño sustrae la fuerza y la habilidad que le adjudica al padre para otorgársela a sí mismo y de esta suerte poder vencer al padre. *“Yo soy el dominador del León y con ello me elevo por encima del resto de los hombres”*. El padre es convertido en la fantasía en el animal protector mientras que el niño débil se tornará en el dominador de los poderosos sustitutos paternos. Con ello niega la realidad, la sustituye por la fantasía de la situación inversa, salvando al yo del desarrollo de la angustia,

Este mecanismo defensivo es propio de una fase normal del desenvolvimiento del yo infantil.

Pero si se le encuentra en una fase más avanzada de la vida será indicio de un grado avanzado de enfermedad.

La capacidad del yo de negar la realidad se encuentra en contradicción con la capacidad de reconocer la realidad y valorarla críticamente. En lo intelectual es válida la distinción entre fantasía y realidad, pero para la vida afectiva el hecho penoso se halla desvalorizado y la fantasía sobrecargada, de tal forma que el placer obtenido en la imaginación puede triunfar sobre el displacer objetivo. Así que es difícil precisar cuando pierde el yo esa posibilidad de compensar grandes cantidades de displacer objetivo mediante la fantasía. En la vida adulta el ensueño diurno desempeña por un lado el papel de ampliar los límites de una realidad estrecha o trocando una situación real por otra imaginaria.

En la vida ulterior, la necesidad de síntesis impide la coexistencia de los opuestos, y la conexión del yo maduro con la realidad es más enérgica que en el niño de modo que la fantasía pierde el valor que tuvo en la vida infantil. Fantasía y realidad resultan incompatibles cuanto se trata de catexias mayores que necesitan resolverse entre una y otra, y que la gratificación mediante imágenes alucinatorias de un impulso que irrumpe en el yo, representa el camino que lleva a la neurosis.

Un yo que trata de ahorrarse angustia, lo hace renunciando al instinto y evitando la neurosis por medio de la negación de la realidad. Si esto lo hace en la latencia sobrevendrá una deformación del carácter. Si sucede en la edad adulta, las conexiones del yo con la realidad se perturbarán, abandona la función de examen de la realidad.