

IV LA ANGUSTIA EN EL PSICOANALISIS

FREUD y la angustia. -

1. Antes de 1926 decía FREUD: " existe una angustia neurotica y una angustia real. distinción^{no}/ sólo con valor descriptivo sino causal y etiologico. La angustia real supone la persepcion de un peligro real y la neurotica, indiferenciable en cuanto a sus cualidades es distinta por sus causas, ya que está producida por una descarga inadecuada de energia libidinosa. La libido descargada se encuentra directamente transformada en angustia a traves de algun proceso desconocido. La relacion entre angustia y conflicto psiquico es sólo indirecta. Un conflicto existente puede repressa la libida que unas veces se transfor mará en angustia. Esto es lo que ocurre en las neurosis. Cuanto mayor sea la libido repri mida, maypr probabilidad de que la represion fracase y se produzcan sintomas neurotic^Yos de ansiedad". FREUD admitia la intervencion de otros factores perturbadores de la dina mica libidinosa que no tenian que ver con un conflicto psiquico, tales como la abstinencia o falta de gratificacion sexual. En estos casos se constituian las neurosis propiamente di- chas en contraposicion con las psiconeurosis ~~en las que~~ ^{en las que} la contencion de la libido era debi- da a la represion. En resumen, la angustia neurotica ara libido transformada y no miedo al peligro como en la angustia real. Se producía por una represion fracasada o por una ex citacion sexual no satisfecha. No era ~~causante~~ ^{causante} del conflicto psiquico, sino su consecuencia

2. Despues de 1929, FREUD abandona la teoria de la angustia como libido transfor- mada. Las relaciones entre angustia y represion cambian. Antes aquella provenia de esta, ahora la angustia es la causa o motivo de la represion. En las fobias la represion de los deseos incestuosos y parricidas (complejo de Edipo) no precedian a la aparicion de la an- gustia, sino que eran consecuencia de ésta. La represion se debia al miedo a la castracion

La angustia estaba en el origen del conflicto psiquico y la distincion entre angus- tia neurotica y angustia real era improcedente, puesto que ambas eran expresion de un miedo a un peligro externo (castracion). El peligro de ser castrado no existia para los niños analizados por FREUD, pero ellos lo sentian asi y por eso reprimian sus deseos edipianos. Sin embargo en las neurosis propiamente dichas seguia produciendose la angus- tia por el mismo mecanismo de la insatisfaccion sexual. ¿Cómo engarzar ambas situacio- nes?

FREUD formuló esta hipótesis: la angustia aparece cuando los estímulos que alcan- zan al aparato psiquico son demasiado fuertes para que pueda absorberlos o incorporarlos. Asi la angustia es una reaccion adaptativa a una situacion, que se presenta no solo en el hombre sino en los animales. Es una reaccion de ~~der~~ ^{der} serque busca la supervivencia ante una situacion de peligro. En FREUD los esquemas psico ~~son~~ ^{logicos son} tan prevalentes que no le dejan escuchar a sus enfermos. La avalancha de estímulos produce ansiedad, no como una cadena de reflejos puede desencadenarse mediante un golpe de tendón, sino porque desbor-

dan al sujeto. En una enferma comentada por v. GEBSATTEL se ve un ejemplo excelente: sólo podía vivir en la oscuridad porque si miraba los objetos sentía una angustia mortal. Pero lo que le producía angustia no era la masa de objetos como tal, sino el fijar la vista en uno de ellos. Se deslumbraba al mirar. Ese "no ver" era el "no poder ver". En el acto de mirar anidaba esa forma de absoluto negativo que es la nada.

El primer peligro que atraviesa el ser humano es el del parto. La angustia debe estar ligada a una situación de peligro, lo que ocurre es que no sabemos como el niño elabora esa vivencia. La experiencia vegetativa del parto y de la angustia cursan por el mismo cauce: aumento del pulso, respiración, inquietud motora, etc. ("reacción de alarma"). El niño al nacer pasa del medio indiferente al medio humano lleno de estímulos y estos parecen los que en épocas posteriores de su vida le producirán angustia. La incapacidad del yo que no se halla organizado para recibir esa avalancha de estímulos es evidente. Los estímulos proceden también del mundo interno del niño, de sus instintos y de sus necesidades. La presencia de la madre significa la posibilidad de satisfacción de sus urgencias internas, su ausencia, situación de desamparo. Privado de protección materna el niño reacciona con angustia frente a los estímulos externos e internos, que al no satisfacerse son traumatizantes. El yo infantil aprende a reaccionar con angustia antes de que el ^{peligro} ~~estímulo~~ se presente. En fases posteriores de la vida la angustia aparecerá ante un peligro real o situación traumatizante. En las neurosis "actuales" el aparato psíquico se ve inundado por cargas libidinosas excesivas y la angustia es señal de peligro. La pérdida del amor a la madre es equivalente al miedo a la castración, etc. Finalmente cuando se establece el super-yo como heredero del complejo de Edipo, la angustia es sobre todo sentimiento de culpabilidad. En el desarrollo de la angustia interviene la represión. "La represión tiende a hacer inoperantes mediante el olvido determinados complejos". En la neurosis obsesiva se observa que los contenidos angustiosos de la infancia no son olvidados, sino que pierden valencia emotiva. Por eso propuso FREUD utilizar el término de defensa, ~~mejor~~ que el de represión para designar los esfuerzos del yo para convertir en inoperantes a los instintos. La represión es un mecanismo de defensa, pero no el único.

"Cuando se abandona a sí mismo a un agorafóbico se desencadena una crisis de angustia. Cuando se quiere impedir a un obsesivo que se lave las manos después de cierto contacto, es presa de una angustia intolerable. Resulta claro que el hecho de estar acompañado y práctica obsesiva de lavarse eran una protección contra la angustia. En este sentido cada inhibición que se impone al yo puede ser considerado como un síntoma" (FREUD. "Inhibición, síntoma y angustia")

La angustia es una condición básica para la formación de síntomas pero no cons-

tituye la neurosis misma puesto que los síntomas están constituidos por los ~~medios~~ ^{medios} ~~reservados~~ utilizados para evitar la angustia. En el estudio de las fobias de los animales en los niños (el niño Hans, miedo al lobo) FREUD demostró que se trata de angustia (no transformada) de castración, pero la libido no se convierte, directamente, en angustia. La angustia es más complicada todavía en las fobias del adulto; es como el preludio de la formación del síntoma. Los síntomas se crean para evitar la situación peligrosa que advierte de la llegada de la angustia, situación que a veces se siente como amenaza del exterior (fobias a los animales) y está interiorizada como en la neurosis obsesiva. Pero así como en una situación peligrosa real ~~no~~ es posible la huida, en una situación peligrosa de origen instintivo interviene el proceso de defensa y la pulsión instintiva se convierte en ofensiva, reprimiéndola, desviándola de su fin o neutralizándola.

Funciones del yo.

Están agrupadas en torno a la noción de defensa contra los afectos que pueden manifestarse en cualquier ocasión en la que el yo está amenazado por las pulsiones del ello. También pueden organizarse como rasgos permanentes de las personas, como muy bien explico W. REICH en "las neurosis del carácter". Uno de los primeros medios de defensa del yo es la represión, medio radical y eficaz pero peligroso porque puede afectar al ello mismo. La regresión es otro y en el mismo sentido actúa la anulación retroactiva en la que de una manera mágica se repite lo que había sido hecho. El aislamiento consiste en separar un recuerdo del estado emotivo al cual estaba ligado. La proyección hace ver como exterior o atribuir a otro, un sentimiento o tendencia personal reprimida. La introyección permite neutralizar la angustia identificándose como el enemigo peligroso. Las formaciones reaccionales son modificaciones definitivas de la personalidad que consisten en que esta puede tomar una actitud antagonista a la que suele tomar, p. ej. el impulso a la limpieza o al orden contra tendencias primitivas al desorden. La sublimación en la que la pulsión original se cambia y la carga energética libidinosa está a la disposición de las tendencias sustitutivas.

Al comienzo los análisis se concentraban sobre los mecanismos represivos y la cura consistía en recordar todos los mecanismos traumatizantes que pudieran estar olvidados, atendiendo menos al análisis de la resistencia. La acción del médico sobre las defensas del yo dependía de su personalidad y tenía mucho de sugestión. Ahora, las defensas son sistemáticamente analizadas, se tratan de descubrir su origen, constitución en la edad infantil, naturaleza de los temores que las motivaron, etc. etc. El análisis de las defensas establecidas en la infancia no es otra cosa que el análisis de la angustia infantil. La angustia patológica que aparece en un determinado momento de la vida puede tener ahí su antecedente, aunque este no puede calificarse de patológico. Aquí los límites

entre lo normal y anormal son muy difíciles de trazar. De todos modos la angustia obedece siempre al mismo esquema y la fase infantil que ha creado mecanismos de defensa será, probablemente, ya una angustia patológica. Además reducir la angustia infantil y la adulta a un común denominador tiene eficacia terapéutica: no son dos fenómenos distintos. Si aquel paso también éste puede pasar. Claro que no todos los enfermos reaccionan igual y alguno se agravará pensando que todo su proyecto vital está teñido de angustia.

Lo cierto es que de todas estas afirmaciones son verdaderas y falsas. La vida es angustia como experiencia interna de nuestra temporalidad decapitada. Decimos que se revive la atmósfera del pasado, pero en los normales no alcanza nunca la misma plasticidad que en los enfermos. La reviviscencia es posible por la fusión de los estados de ánimo, porque el ser humano "sabe" de la continuidad de su vida. He empleado la expresión "saber" por no tener a mano otra distinta, lo importante es tener en cuenta que no es un saber consciente. El inconsciente no está constituido solo por los recuerdos olvidados o reprimidos, sino por la continuidad de la vida. BERGSON hablaba del "élan vital", SARTRE preferirá "proyecto existencial", lo importante es que sepamos que tal fluencia en la vida normal es metaconsciente. Que el "élan" escapa a la pura conciencia reflexiva, pero está presente, tanto que persiste aun en sueños. Todos los psiquiatras tenemos la experiencia del temor que los enfermos sienten al electrochoque, aun practicado bajo barbitúrico, porque persiste la continuidad del hilo de la vida. En la vida normal no se percibe la presencia metaconsciente, pero en la depresión se hipertrofia y caricaturiza. Cuando un estado de ánimo es neutro la instalación de las vivencias conscientes está determinada por él, pero cuando el estado de ánimo está alterado determina las vivencias filtrando la expresión en el presente de los estados de ánimo pasados. De ahí la continuidad vital.

Angustia como apertura. -

El análisis del miedo fóbico lleva a FREUD a la idea de que el yo es el habitáculo de la angustia frente a las exigencias de la ^{li}bidó como señal que determina la represión y "no como antes ha sido", "la represión es la productora de la angustia". La angustia que nace por la situación traumática del niño se reproduce no ante un peligro real, sino ante la amenaza de un peligro es la señal angustiosa. En fases posteriores de la vida "el yo que había sufrido pasivamente el trauma, lo reproduce activamente en pequeñas dosis, con la esperanza de poder canalizar la angustia". Esta reproducción en pequeñas dosis de la experiencia se obtiene mediante los mecanismos de defensa que no hacen sino absorber la angustia.

El carácter estriba, según FREUD, en las diferencias entre los diversos yo, de los contenidos del super yo y de las reacciones del yo a los contenidos reprimidos, así como

a los impulsos del inconsciente. Esta especie de integracion necesita defenderse y el caracter se defiende, pero ¿qué es lo que parece mas peligroso? "No es lo que abiertamente puede perjudicar a las personas que carezca de significacion biologica, sino lo que se halla ya dispuesto o constituido en la vida psiquica". Por ejemplo, el nacimiento no puede ser considerado como perjuicio aunque haya peligro, sino que lo que le convierte en situacion peligrosa es la avalancha de estímulos que no pueden dominarse y que hacen fracasar el principio del placer, cristali ando la situación como acontecimiento traumático. "Lo temido, el objeto de la angustia es la presentación, otra vez, de un acontecimiento traumatizante, que no puede ser resuelto segun las normas del principio del placer".

pues un Es curioso que sea precisamente al añizar la angustia una de las pocas ocasiones en que FREUD intuye la idea de la apertura constitutiva de la persona humana, aunque con tal opacidad que no pueda asimilarla. El ser humano, como el animal, viven en circuito cerrado dentro del vientre materno y si alguna vez puede hablarse con justeza de "medio" para el hombre es ahí. Al nacer, las coordinadas cambian radicalmente. El nacimiento es apertura al medio que rebasa al ser. La vida consiste en pilotar la unidad del ser humano a traves de la lluvia de estímulos, de posibilidades. La diferencia entre estímulo y posibilidad es evidente. Aquel alude a una reaccion que viene del exterior. Si hablamos de posibilidad admitimos que en cada ser humano hay un centro de pilotaje dirimente entre los estímulos que se le ofrecen. FREUD permanece en el primer punto de vista. Por éso en él la génesis de la experiencia angustiosa se cuantifica en la exageracion, el desbordamiento de estímulos que no pueden ser dominados por el principio del placer. Si desde el momento del nacer el ser humano se encuentra desbordado es porque tal situacion le es constitutiva. El principio del placer no es la norma esencial de la vida puesto que desde el primer momento fracasa. El desbordamiento es lo primario, es decir lo primario es la angustia. No son los peligros reales los que angustian sino los que amenazan la integridad del yo. Y asi la experiencia angustiosa se traslada ^{al} ~~al~~ plano psiquico: del peligro real se pasa al peligro psiquico. La situacion de peligro en la que aparece la angustia seria un trastorno de la integridad del caracter que quisiera defender al yo. Dicho de otra forma, en lo que amenaza la unidad y mismidad del yo.
Autonomia primaria del yo.

En el punto que ha profundizado mas el psicoanálisis ultimamente ^{en} es lo referente a la estructura del yo. ¿Qué entiende por el yo? No la personalidad, ni el sujeto, sino simplemente una instancia de la personalidad que se halla definida por sus funciones (HARTMANN). Las tres partes de la personalidad (yo, ello y super-yo) no deben considerarse como independiente, ni mas o menos invariables una con respecto a otra, sino como centros funcionales psiquicos que se caracterizan por su grado de desarrollo y

por la cantidad de energía que poseen. Las funciones de cada uno de los sistemas son influidas por los otros. Las del ello se hallan centradas en las necesidades fundamentales del hombre en sus instintos primarios. Las del super-yo se refieren a las exigencias morales que derivan de la formación de los ideales y tradiciones culturales conscientes. Las funciones del yo se centran en las relaciones ~~entre~~ con las realidades. El yo controla los aparatos motores y perceptivos, pero hay que hacer constar que no se trata sólo del mundo exterior, sino también de la percepción interna. El yo tiene, por otra parte, una función protectora de las excitaciones que le viene de fuera, al mismo tiempo que realiza una especie de afirmación de sí mismo mediante la discriminación de ellas. El yo es pues un centro de actividad. Incluso el pensamiento es una forma de actividad. En el curso de su desarrollo el yo enseña al hombre a hacerse relativamente independiente de las exigencias inmediatas, de los impulsos instintivos, a soportar tensiones y desplazar las satisfacciones en el tiempo, de tal manera que cada vez se adapte más a la realidad. La función del yo, situada entre la realidad presente y las exigencias de los otros sistemas psíquicos, fué llamada por NUNBERG "función sintética" y por HARTMANN "función organizadora". ~~El yo es el órgano específico que el hombre posee para su adaptación.~~ FREUD rectificó su anterior afirmación admitiendo diferencias originarias y congénitas del yo: "Si hablamos de una herencia arcaica pensamos normalmente sólo en el ello, ya que aceptamos que el yo no existía todavía al comienzo de la vida propia. Pero no debemos dejar pasar desapercibido el hecho de que el yo y el ello son, primariamente, uno y que no supone ninguna exageración mítica de la herencia el que creamos que en el todavía no existente aparecen ya ~~ideas~~ ^{líneas} de desarrollo, tendencias y sensaciones que sólo más tarde serán transparentes". En un trabajo del año 1930, no concluido, empleo FREUD por vez primera la expresión "yo-ello" indiferenciado.

Si se dice que el yo se desarrolla sólo o procede sólo del ello es tanto como afirmar que el recién nacido es simplemente ello y que persona, personalidad y ello son idénticos. Algunos freudianos ofrecen una cierta resistencia a separarse de la concepción clásica de que el ello es más viejo que el yo. En parte el error depende de no haber entendido bien el sentido en que FREUD emplea la palabra "instinto". Si usa la palabra "Trieb" es como si quisiera establecer una diferencia entre instintividad humana y la impulsividad zoológica. La primera es una conducta de apetencias en el sentido de los etólogos. Los instintos animales sirven mediante la respuesta a los estímulos específicos, siempre dirigida a la adaptación de los mismos a su medio ambiente. En cambio las manifestaciones del ello nunca pueden ser comparadas a los instintos animales. Muchas manifestaciones del ello son contrarias a la realidad y no garantizan sino que ponen en peligro la conservación del hombre. De ahí viene que esta diferencia de los animales cuente con una sobre-

produccion de instintos. El lugar que en los animales ocupan los esquemas de conducta, lo ocupa en el hombre el yo que ha tomado "el trabajo de la conservacion del ser, trabajo que parecía descuidar el ello"(FREUD).

HARTMANN vé el desarrollo del yo como resultado de tres factores: 1-características congénitas del yo. 2-influjo de los impulsos primarias y 3-influjo de la realidad exterior. Establece la linea esencial de una autonomia primaria del yo, de tal suerte que el desarrollo, la madurez psiquica va de la mano de la fisiologica. No es necesario encarecer la importancia de esta idea. En el hombre, a partir del nacimiento, no solo influyen sus posibilidades perceptivas y motoras, sino tambien su maduración, curso temporal, cuando y cómo se pone en pié por vez primera, cuando empieza a andar, desarrolla el lenguaje, etc. De esta manera se integra en el yo el "yo corporal" que tanta importancia tiene en las neurosis. No olvidemos que uno de los primeros trabajos dedicados al estudio del esquema corporal fué el de SCHILDER famoso psicoanalista vienés. HARTMANN llega a la descripción de una esfera libre de conflictos en el yo. El yo mantiene sus relaciones con los instintos hasta que ocurre una especie de mutacion funcional gracias a la que aparece una funcion del yo, mas o menos independiente que la que constituye la esfera conflictiva. Asi nacen muchas actitudes, finalidades e intereses y una especie de autonomia secundaria del yo. En el fondo en la mente de HARTMANN está la necesidad de justificar lo que con otro lenguaje podriamos llamar "libertad del yo". Otro concepto relativamente nuevo es el de ^{Su} fortaleza" muy utilizado en la práctica, pero poco esclarecido en teoría. FREUD decía que el yo posee ciertas energías que debenser distinguidas de los impulsos primarios del ello

Angustia psicoanalitica y angustia endotímica. - Resumen.

a) La angustia es una señal ante una situacion de peligro por el desbordamiento de estímulos externos e internos que llegan al yo impotente para asimilarlos. En otras palabras, el yo experiencia-~~xxxx~~^{finita} se siente rebasado por una experiencia infinita. El psicoanálisis llega a imaginar lo no finito de la nada como el existencialismo. La relacion sujeto-multiplicidad de estímulos es siempre cuantitativa.

b) La angustia que podriamos llamar somatógena es luego puramente psicógena. El yo se siente amenazado por los instintos (sobre todo el de agresion y la libido) La mutacion mas importante del psicoanálisis me parece estar en los estudios sobre el yo. Esta "fortaleza del yo" es ya algo dado y en alguna parte se alude a un conflicto hereditario. No queda suficientemente claro en estos estudios lo que esa fortaleza del yo sea. Su formulación de la "autonomia del yo" es tímida y contradictoria lo que el psicoanálisis se propone como tarea. A mi me recuerda a la fortaleza de caracter de la psicologia decimonónica. La noción que no aparece es la debilidad transitoria intrínseca del yo, como consecuencia de

una alteracion del estado de ánimo, tal como lo señalo en este libro.

c) Los sintomas son defensas del yo. Cuando yo digo que son cristalización de la angustia expreso idea pareja. El analisis de los sintomas es un camino terapeutico. Aqui la expresión tiende a manifestar un hecho evidente, que pasa desapercibido: la destrucción psicodinamica de unos sintomas engendra otros, mientras se mantiene la fase poyética de la enfermedad. El problema del analisis interminable radica ahí. El psicoterapeuta interviene en las defensas contra la angustia. La neurosis de transferencia es una defensa. Una serie de sintomas pueden desaparecer a costa de una mayor dependencia del médico, que cesa cuando la presión angustiosa disminuye. La presión es interna y endógenamente condicionada. Los centros de actividad de la situación terapéutica se re vierten.

d) A la privación libidinosa de los primeros tiempos ha sucedido la privación afectiva, con evidente exageración. La experiencia nos enseña que en la formación de la personalidad puede ser frustradora la privación afectiva, pero muchas personas la han sufrido y no se han frustrado y al revés. Tambien la "hiperavitaminosis" afectiva puede ser dañina. El ser humano viene al mundo indefenso, necesita tomar pie como un naufrago, formar relaciones de confianza. Por su estructura ambigua, en el hombre coexisten angustia y confianza primordial. Esta confianza no se adquiere a través de suministros afectivos -aunque estos la refuerzan- sino que la confianza primordial nace del acto mismo de vivir. Hay una propulsión hacia el futuro dentro de la fidelidad a la propia línea personal. La vida es mas que vida. El ser humano no solo se adapta al medio, como dice HARTMANN, sino que el medio es creación del hombre mismo en el curso de su vida. La estructura personal nos desborda en forma de atmosfera personal.

e) Teorias aparte, desde el punto de vista empirico diremos: el psicoanalisis consiste, esencialmente, en interpretar los sintomas para hacerlos desaparecer. Existe una discordancia entre teoria y praxis. La primera alcanza niveles mucho mas elevados. En el Congreso XIV de la Asociacion Psicoanalitica (Marienbad 1936) el tema fue "Concordancia entre teoria y práctica". Si la interpretación disuelve los sintomas, si el analisis puede transformar una personalidad, es que la "autonomia del yo" y su "fuerza" son factores totalmente adquiridos en el curso de la vida y no dados. Las desviaciones y trastornos tendrán esa misma génesis. El optimismo frente a las posibilidades terapeuticas de las neurosis ha sufrido fuertes embates por la misma realidad clínica. Dentro del círculo psicoanalitico mas ortodoxo aparecen de vez en cuando olas de tremendo pesimismo. Los fracasos no proceden ciertamente de errores técnicos, sino del planteamiento de problemas. A corregir errores tiendes los citados trabajos de HARTMANN, ampliadores aunque insuficientes. En ellos reaparece como algo esencial la estructura del "yo dado" que parece un pseudópodo del ello.

Pero no basta con decir que el yo tiene una función sintética. El yo es, por un lado experiencia primaria. No se sintetiza, sino que se siente de un modo primario en la acción. Lo que sea rebasar esta vivencia del yo crea una superestructura teórica e interpretativa. El esfuerzo de la filosofía -de DESCARTES a HUSSERL - ha consistido en lograr un conocimiento, lo menos impuro posible, de esa experiencia del yo. El yo se nos muestra en su actividad que se confunde con la vida misma y es primario y global. Los instintos son atributos de la actividad del yo encarnada. La angustia no es algo reactivo a una pulsión instintiva, ni siquiera a un afecto, sino una experiencia primaria del yo en cuanto existe, de carácter fluido ~~o global~~ y ligado a la temporalidad pero conservando su propia forma. La opacidad de la vivencia del yo se nos desvela en la angustia. La angustia de los enfermos nos habla de la encarnación del yo. No son los instintos los que amenazan al yo, sino que al resquebrajarse esa experiencia única e inefable del yo este se siente amenazado en sí mismo.

Decir que la angustia es una señal de peligro es una expresión de valor limitado. Parecida expresión se emplea para el dolor. La verdad es que no siempre es así. Una herida nos duele, pero las neuralgias esenciales no revelan peligro alguno y ciertas formas de cáncer cursan sin dolor. La vida humana no está solo basada en el esquema biológico de estímulo-reacción, sino que tiene su intimidad y allí está el dolor que ayuda a descifrarla. La angustia no tiene valor de síntoma-señal. Existe una angustia reactiva, p. ej. la del obsesivo al quebrar la aparente neutralidad de su ánimo que le mantiene su rito y que es como un eco de la angustia primaria. Esta, por el contrario, se presenta inopinadamente como un escollo de la existencia y el yo se siente sobrecogido por esa experiencia que nace de sí mismo y le revela sus fronteras.

En lo que el psicoanálisis falla es en la interpretación misma de la clave de la neurosis: la angustia. Sin embargo las observaciones psicoanalíticas han contribuido poderosamente a su conocimiento y sobre todo al de los mecanismos de defensa contra la angustia.