

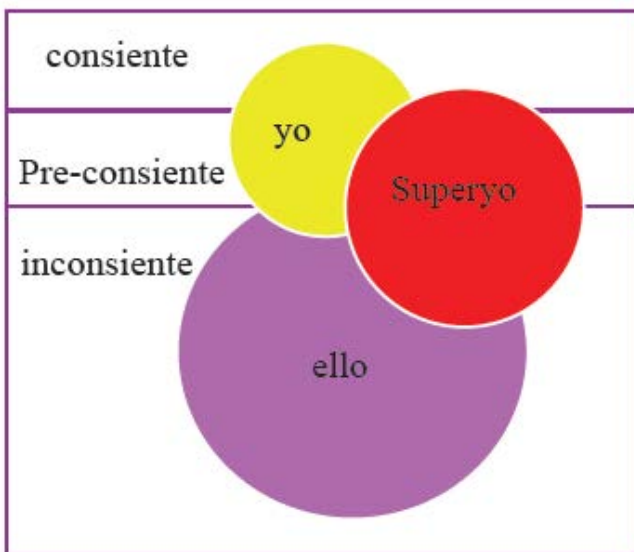
La mente humana

Psicoterapeuta Victoria Molina

Nace la mente

Sabemos que hasta mediados del siglo XIX cualquier alteración de la personalidad era atribuida a un problema fisiológico del cerebro. Los psiquiatras de aquellos tiempos afirmaban que las enfermedades mentales se debían a un mal funcionamiento del cerebro. Fue a través de las posteriores investigaciones y de los profundos estudios de las enfermedades mentales, que ‘la locura’ dejó de verse como una anomalía del órgano cerebral para entenderse como una alteración mental, como un conflicto del inconsciente. Con estos planteamientos, de que era la mente – y no el cerebro – la causa de la enfermedad, se inicia una verdadera revolución en el ámbito de la psiquiatría, con los grandes opositores que siguieron renuentes a la aceptación de esta nueva visión.

Se puede decir que, aún en nuestros días, siguen existiendo grupos que pretenden encontrar en el cerebro toda explicación a cualquier trastorno mental; tal vez por lo mucho que queda por conocer acerca del funcionamiento de este órgano, sin embargo no pueden dejar de tomar en cuenta los avances del funcionamiento mental que, hasta el momento, no se puede explicar a través de las operaciones cerebrales.



La dinámica mental

Aunque no fue Freud el primero en utilizar el término de ‘inconsciente’, sí fue él quien le dio un significado original y muy particular para la psicología humana. Para este autor, el inconsciente no era sólo la oposición de lo consciente, sino un auténtico sistema psíquico – mental – con energía, mecanismos y leyes propias.

Para referirse a la mente humana, Freud propone la expresión “aparato psíquico”, con lo que enfatiza la capacidad que tiene la mente para transformar la energía psíquica en

acciones. Elabora su “primera tópica” dividiendo el aparato psíquico en tres niveles (áreas, estratos, regiones) que muestran la profundidad de los procesos psíquicos; estos niveles son: consciente, pre-consciente e inconsciente. Posteriormente elabora su “segunda tópica”, complementaria de la primera, con un aparato psíquico conformado por tres instancias que son: ello, yo y superyo. Esquemáticamente se podría figurar más o menos de la siguiente manera:

Cabe mencionar que la explicación esquemática de estos sistemas es solamente con fines ilustrativos que permitan una mejor comprensión de los conceptos, y nada tiene que ver con localizaciones anatómicas determinadas. Como el mismo Freud decía: “los productos

psíquicos en general no deben ser localizados en elementos orgánicos del sistema nervioso, sino, por decirlo así, entre ellos. Todo aquello que puede devenir objeto de nuestra percepción interior, es virtual, como la imagen producida por la entrada de los rayos luminosos en el antejo”.

Hablar de este tema, abarcando las dos tópicos, en tan breve espacio, resulta demasiado reducido; trataremos entonces de dar una sencilla pincelada de la primera, dejando para una próxima ocasión la segunda.

Consciente, pre-consciente e inconsciente

La primera tópica (primer teoría, primer momento, primera ubicación) presenta un aparato psíquico formado por consciente, pre-consciente e inconsciente. Veamos, a grandes rasgos, en qué consiste cada uno de estos sistemas.

Consciente: es el nivel más superficial de la mente; aquello de lo que nos damos cuenta, de lo que hacemos ‘conciencia’. El proceso para alcanzar la conciencia se logra mediante la intensidad energética aplicada a la función de la atención. Este sistema es el que percibe la realidad en el momento presente, se adapta a ella y permite actuar en consecuencia; por consiguiente, sus registros mantienen una lógica y una temporalidad; por ello se dice que está regido por el “principio de realidad”.

En la vida diaria, es innumerable la cantidad de información que puede pasar por la conciencia (todo lo que puedo percibir del mundo – externo e interno – a cada instante), sin embargo, sólo una pequeñísima parte es lo que recibe la carga de energía necesaria para la atención requerida en un momento dado. Cada persona, en base a un proceso de selección (pensamiento, razonamiento, etc.), decide aquello a lo que le dará atención, de acuerdo a las circunstancias de su realidad. El resto, que no se ha hecho consciente, no desaparece, pasará a ser material de los siguientes niveles.

Pre-consciente: es el nivel intermedio de la mente, un tipo de mediador entre el inconsciente y la conciencia. Como en el nivel consciente, se rige por el ‘principio de realidad’, o sea que funciona con los razonamientos lógicos y la temporalidad de la realidad. En este nivel se encuentran todos los contenidos susceptibles de alcanzar la conciencia, con sólo una ‘sobrecarga’ de energía que lo haga posible. Se puede decir que aquí se encuentran todo tipo de pensamientos, vivencias, fantasías, ideas, datos, etc., que no están presentes en la conciencia pero con un esfuerzo los podemos atraer a ella. Al representar el pre-consciente una ‘doble frontera’ (una con el consciente y otra con el inconsciente), tendrá sus ‘guardianes’ que garanticen su óptimo funcionamiento. Estos guardianes de fronteras son la “censura”, encargada de valorar y decidir si determinados contenidos pueden tener acceso – o no – al siguiente nivel. Cuando el contenido ya se encuentra en el pre-consciente, pasar la frontera hacia la conciencia es bastante más sencillo que cuando se trata de contenidos inconscientes que tratan de pasar la frontera hacia el pre-consciente, en esta frontera la censura es mucho más rígida. Y ¿por qué es más difícil el paso del inconsciente al pre-consciente? Por la naturaleza de los contenidos inconscientes, que veremos a continuación.

Inconsciente: es el nivel más profundo de la mente, el estrato más arcaico del psiquismo. En él no existe el tiempo (desapareciendo la temporalidad quedan abolidas las diferencias pasado/presente/futuro), no existe la contradicción, tampoco la negación, la alternativa, la duda, la incertidumbre ni la diferencia de los sexos. Sustituye la realidad exterior por la realidad psíquica. Obedece a leyes propias que ignoran todo orden o lógica racional. Esto significa que el inconsciente no está regido por el 'principio de realidad', como los dos sistemas anteriores, sino por el 'principio del placer/displacer'. En el primero prevalece la aceptación de la realidad externa, la adaptación a la misma mediante el pensamiento, razonamiento, juicio, etc., con el consiguiente control y manejo de los impulsos; en el segundo prevalece la inminente satisfacción de deseos y necesidades. En este 'principio de placer/displacer', se entiende por displacer una tensión psíquica, y el placer es la liberación de dicha tensión. Por ejemplo, si no se ha comido durante muchas horas, habrá una tensión por la sensación de hambre, misma que desaparecerá en el momento de satisfacer esa necesidad. Si se trata de un adulto (pensante, racional, etc.), estará regido por el principio de realidad que le dice que puede esperar hasta llegar a casa y podrá comer y satisfacerse; con este juicio podrá mitigar la fuerza de la tensión y esperar por la satisfacción. Si se trata de un bebé, regido por el principio del placer/displacer, no parará de llorar hasta que le den de comer y quede así liberado de la tensión producida por el hambre (placer/ satisfacción inmediata).

Si el inconsciente se rige por el principio de placer/displacer, entonces buscará constantemente la satisfacción de los impulsos que en él moran; ésta es su naturaleza. Los impulsos tienen un empuje que no cesa hasta conseguir emerger y así satisfacerse. Pero, ¿cómo encontrarán salida esos impulsos si no pueden acceder a la conciencia, a menos que pasen por el pre-consciente, con sus respectivos guardianes? Lo harán a través de un proceso de transformación, quedando así maquillados o modificados, de tal manera que puedan 'engañar' a la censura y penetrar a los siguientes niveles mentales. Si la censura no les permite el paso, es por considerarlos inadecuados o peligrosos en algún sentido, debiendo así quedarse reprimidos en el inconsciente hasta que encuentren la forma de 'disfrazarse' para parecer inocuos y ser aceptados.

Es en el inconsciente, entonces, donde permanece todo aquello que 'desconocemos' de nosotros mismos; todo lo que no tiene acceso a la conciencia. Aquí podemos hablar de vivencias y percepciones infantiles, todo material reprimido (en este marco la represión tiene un papel muy activo; es como una energía o un esfuerzo que se ejerce a fin de evitar que contenidos inaceptables y/o displicentes penetren en el consciente), como también de todos aquellos contenidos no adquiridos por el individuo, sino de origen filogenético.

Por otro lado, aquellos contenidos que logran una buena transformación, conseguirán emerger, encubiertos en sus diferentes disfraces, a los siguientes niveles, haciéndose factible su reconocimiento a través de la traducción de algunas de sus manifestaciones. En otras palabras, el inconsciente sólo se puede conocer por su expresión consciente, a través de ciertas manifestaciones de la vida anímica, como pueden ser: los sueños, los lapsus, los actos fallidos, los síntomas, etc.

Con este esbozo del inconsciente se puede llegar a entender por qué éste condiciona la vida normal del ser humano, individual y socialmente, al tener el registro completo de las vivencias y percepciones de toda la vida del sujeto; lo que determina sus deseos, necesidades y formas de relación.

Esta visión no es fácil de aceptar para algunos y, de hecho, cuenta con muchos opositores, sin embargo representa uno de los fundamentos más importantes del estudio de la psique humana.

Con esta primera concepción freudiana de la mente, como aparato psíquico, se presentan los fenómenos psíquicos con una localización (punto de vista tópico), con una fuerza móvil (punto de vista dinámico) y con la gestión de cargas energéticas (punto de vista económico). Con el complemento de la 'segunda tópica', se logra un sentido más antropomórfico para poder entender el funcionamiento de esto tan complejo que es la mente humana.