

Una descripción general de las teorías de Sigmund Freud



Sigmund Freud

Notas bibliográficas por [Lázaro Castillo, Jr.](#)

Los estudiantes de psicología pasan bastante tiempo aprendiendo sobre las teorías de Sigmund Freud. Incluso las personas que están relativamente poco familiarizadas con la psicología tienen cierta conciencia del psicoanálisis, la escuela de pensamiento creada por Sigmund Freud.

La figura más famosa de la psicología es también uno de los pensadores más influyentes y controvertidos del siglo XX. Las teorías y el trabajo de Sigmund Freud ayudaron a dar forma a nuestra visión de la infancia, la personalidad, la memoria, la sexualidad y la terapia. Otros pensadores importantes han contribuido con trabajos que surgieron del legado de Freud, mientras que otros desarrollaron nuevas teorías en oposición a sus ideas.

Si bien es posible que tenga algún conocimiento pasajero de conceptos clave en psicoanálisis como el inconsciente, las fijaciones, los mecanismos de defensa y el simbolismo de los sueños, es posible que se pregunte exactamente cómo encajan estas ideas y qué influencia tienen realmente en los psicólogos contemporáneos.

[“Sobre estar cuerdo en lugares insanos”: un cuento con moraleja](#)

“Sobre estar cuerdo en lugares insanos”: un cuento con moraleja El verdadero nombre de la joven era Bertha Pappenheim. Se convirtió en paciente de Breuer después de sufrir un ataque de lo que entonces se conocía como histeria. Los síntomas incluyeron visión borrosa, alucinaciones y parálisis parcial. Breuer observó que hablar de sus experiencias le proporcionaba cierto alivio a sus síntomas. Fue la propia Pappenheim quien comenzó a referirse al tratamiento como la "cura hablada".

Aunque a menudo se describe a Anna O. como una de las pacientes de Freud, las dos nunca se conocieron realmente. Sin embargo, Freud a menudo discutía su caso con Breuer, y las dos colaboraron en un libro de 1895 basado en su tratamiento titulado *Studies in Hysteria*.

Freud concluyó que su histeria era el resultado del abuso sexual infantil, una visión que terminó provocando una ruptura en la relación profesional y personal de Freud y Breuer. Puede que Anna O. no haya sido realmente paciente de Freud, pero su caso informó gran parte del trabajo de Freud y las teorías posteriores sobre la terapia y el psicoanálisis.

Fuerzas impulsoras de la personalidad

Según la teoría psicoanalítica de Freud, toda la energía psíquica es generada por la libido. Freud sugirió que nuestros estados mentales estaban influenciados por dos fuerzas en competencia: la catexis y la anticatexis.

La catexis se describió como una inversión de energía mental en una persona, una idea o un objeto. Si tiene hambre, por ejemplo, puede crear una imagen mental de una comida deliciosa que ha estado deseando.

En otros casos, el ego puede aprovechar parte de la energía del ello para buscar actividades relacionadas con el deseo con el fin de dispersar parte del exceso de energía del ello. Si en realidad no puede buscar comida para calmar su hambre, puede hojear un libro de cocina o navegar por su blog de recetas favorito.

La anticatexis implica que el yo bloquea las necesidades socialmente inaceptables del ello. Reprimir los impulsos y los deseos es una forma común de anticatexis, pero implica una importante inversión de energía.

Según la teoría de Freud, hay una cantidad limitada de energía libidinal disponible. Cuando se dedica mucha energía a suprimir los impulsos a través de la anticatexis, hay menos energía para otros procesos.

[Los cuatro temperamentos](#)

Freud también creía que gran parte del comportamiento humano estaba motivado por dos instintos impulsores: los instintos de vida y los instintos de muerte. Los instintos de vida son aquellos que se relacionan con una necesidad básica de supervivencia, reproducción y placer. Incluyen cosas como la necesidad de comida, refugio, amor y sexo.

También sugirió que todos los humanos tienen un deseo inconsciente de muerte, a lo que se refirió como los instintos de muerte. El comportamiento autodestructivo, creía, era una expresión del impulso de muerte. Sin embargo, creía que estos instintos de muerte estaban templados en gran medida por los instintos de vida.

La psique

En la teoría freudiana, la mente humana se estructura en dos partes principales: la mente consciente y la inconsciente. La mente consciente incluye todas las cosas de las que somos conscientes o que podemos traer fácilmente a la conciencia. La mente inconsciente, por otro lado, incluye todas las cosas que están fuera de nuestra conciencia: todos los deseos, anhelos, esperanzas, impulsos y recuerdos que se encuentran fuera de la conciencia y que, sin embargo, continúan influyendo en el comportamiento.

Freud comparó la mente con un iceberg. La punta del iceberg que es realmente visible sobre el agua representa solo una pequeña porción de la mente, mientras que la enorme extensión de hielo escondida debajo del agua representa un inconsciente mucho más grande.

Además de estos dos componentes principales de la mente, la teoría freudiana también divide la personalidad humana en tres componentes principales: el ello, el yo y el superyó.

El ello es la parte más primitiva de la personalidad que es la fuente de todos nuestros impulsos más básicos. Esta parte de la personalidad es totalmente inconsciente y sirve como fuente de toda la energía libidinal.

El ego es el componente de la personalidad que se encarga de lidiar con la realidad y ayuda a garantizar que las demandas del ello se satisfagan de formas realistas, seguras y socialmente aceptables.

El superyó es la parte de la personalidad que contiene todas las normas y valores morales internalizados que adquirimos de nuestros padres, la familia y la sociedad en general.

[Cómo difieren la autoestima saludable y el narcisismo clínico](#)

[Según estudios: "Errores en el lenguaje corporal".](#)

La ciencia de la felicidad

Desarrollo psicosexual

La teoría freudiana sugiere que a medida que los niños se desarrollan, pasan por una serie de etapas psicosexuales. En cada etapa, la energía de búsqueda de placer de la libido se concentra en una parte diferente del cuerpo.

Las cinco etapas del desarrollo psicosexual son:

La etapa oral: Las energías libidinales se concentran en la boca.

La etapa anal: Las energías libidinales se concentran en el ano.

La etapa fálica: Las energías libidinales se concentran en el pene o clítoris.

La etapa latente: período de calma en el que se presenta poco interés libidinal.

La etapa genital: Las energías libidinales se concentran en los genitales.

La finalización con éxito de cada etapa conduce a una personalidad sana como adulto. Sin embargo, si un conflicto permanece sin resolver en cualquier etapa particular, el individuo puede permanecer fijo o estancado en ese punto particular de desarrollo.

Una fijación puede implicar una dependencia excesiva u obsesión con algo relacionado con esa fase del desarrollo. Por ejemplo, se cree que una persona con una "fijación oral" está estancada en la etapa oral del desarrollo. Los signos de una fijación oral pueden incluir una dependencia excesiva de conductas orales como fumar, morderse las uñas o comer.

Análisis de sueños

La mente inconsciente desempeñó un papel fundamental en todas las teorías de Freud, y consideró que los sueños eran una de las formas clave de echar un vistazo a lo que se encuentra fuera de nuestra conciencia consciente.

La vida de Freud

Para comprender su legado, es importante comenzar con una mirada a su vida. Sus experiencias informaron muchas de sus teorías, por lo que aprender más sobre su vida y los tiempos en los que vivió puede conducir a una comprensión más profunda de la procedencia de sus teorías.

Nació en lo que hoy es la República Checa en 1856 como el mayor de ocho hermanos. Luego obtuvo un título médico y comenzó a ejercer como médico en Viena, Austria. Mientras trataba

a los pacientes, desarrolló sus famosas teorías sobre el ello, el yo y el superyó, la libido, los instintos de vida y muerte y el psicoanálisis.

[Cómo la imagen corporal afecta la satisfacción sexual de las mujeres](#)

Citas famosas de Sigmund Freud sobre psicoanalítica

Teorías clave

Las teorías de Freud fueron enormemente influyentes, pero sujetas a críticas considerables tanto ahora como durante su propia vida. Sin embargo, sus ideas se han entretelado en el tejido de nuestra cultura, con términos como "desliz freudiano", "represión" y "negación" que aparecen regularmente en el lenguaje cotidiano.

Una de sus ideas más perdurables es el concepto de mente inconsciente, que es un depósito de pensamientos, recuerdos y emociones que se encuentran fuera de la conciencia de la mente consciente.

También propuso que la personalidad se compone de tres elementos clave, el ello, el ego y el superyó. Algunas otras teorías freudianas importantes incluyen sus conceptos de instintos de vida y muerte, la teoría del desarrollo psicosexual y los mecanismos de defensa.

Freud y el psicoanálisis

Las ideas de Freud tuvieron un impacto tan fuerte en la psicología que de su trabajo surgió toda una escuela de pensamiento. Si bien finalmente fue reemplazado por el conductismo, el psicoanálisis tuvo un impacto duradero tanto en la psicología como en la psicoterapia.

El psicoanálisis buscaba llevar la información inconsciente a la conciencia consciente para producir catarsis. Esta catarsis fue una liberación emocional que podría aliviar la angustia psicológica.

Las investigaciones han descubierto que el psicoanálisis puede ser un tratamiento eficaz para una serie de afecciones de salud mental. El autoexamen que está involucrado en el proceso de terapia puede ayudar a las personas a lograr un crecimiento y una mejora a largo plazo.

Otros tópicos: [Según estudios sobre el comportamiento sexual en riegos](#)

[Las Cinco Heridas del Alma que impiden ser Uno Mismo](#)

Cómo influyó el psicoanálisis en el campo de la psicología: Pacientes de Freud

Freud basó sus ideas en sus estudios de casos de pacientes u otras personas con las que mantuvo correspondencia con otros médicos y psiquiatras. Estos pacientes ayudaron a dar forma a sus teorías y muchos se han vuelto bien conocidos por derecho propio. Algunas de estas personas incluyeron:

Anna O. (también conocida como Bertha Pappenheim)

Pequeño Hans (Herbert Graf)

Dora (Ida Bauer)

Hombre rata (Ernst Lanzer)

Hombre lobo (también conocido como Sergei Pankejeff)

Sabina Spielrein

Anna O nunca fue en realidad paciente de Freud. Sin embargo, era paciente del colega de Freud, Josef Breuer. Los dos hombres mantuvieron correspondencia a menudo sobre los síntomas de Anna O, y finalmente publicaron un libro que exploraba su caso, "Estudios sobre la histeria". Fue a través de su trabajo y correspondencia que surgió la técnica conocida como terapia de conversación.

Obras principales de Freud

Los escritos de Freud detallan muchas de sus principales teorías e ideas, incluido su favorito personal, "La interpretación de los sueños". "[Contiene] ... el más valioso de todos los descubrimientos que he tenido la suerte de hacer. Un conocimiento como este recae en la suerte de uno, pero una vez en la vida", explicó.

Algunos de sus libros principales incluyen:

"La interpretación de los sueños"

"La psicopatología de la vida cotidiana"

"Tótem y tabú"

"La civilización y sus descontentos"

"El futuro de una ilusión"

Perspectivas de Freud

Fuera del campo de la psicología, Freud también escribió y teorizó sobre una amplia gama de temas. También escribió y desarrolló teorías relacionadas con temas como el sexo, los sueños, la religión, las mujeres y la cultura.

[5 pasos para aumentar tu autoestima y confianza](#)

[El narcisismo, una enfermedad de nuestra época](#)

[Podría ser hora de una revisión rápida de la relación](#)

[Te has preguntado: Cómo ser tu verdadero yo](#)

[Consejos para construir relaciones felices](#)

Opiniones sobre las mujeres

Tanto durante su vida como después, Freud fue criticado por sus puntos de vista sobre las mujeres, la feminidad y la sexualidad femenina. Uno de sus críticos más famosos fue otra psicóloga llamada Karen Horney, quien rechazó su opinión de que las mujeres sufrían de "envidia del pene". En cambio, argumentó que los hombres experimentan "envidia del útero" y se quedan con sentimientos de inferioridad porque no pueden tener hijos.

Puntos de vista sobre la religión

Freud nació y se creció como judío, pero se describió a sí mismo como un ateo en la edad adulta. "Todo es tan evidentemente infantil, tan ajeno a la realidad, que para cualquiera con una actitud amistosa hacia la humanidad es doloroso pensar que la gran mayoría de los mortales nunca podrá superar esta visión de la vida", escribió sobre religión.⁴

Continuó teniendo un gran interés en los temas de religión y espiritualidad y escribió varios libros centrados en el tema.



[Teoría de la psicología social](#)

[Síndrome de Münchhausen](#)

[Síndrome del estrés Post Traumático](#)

[5 grandes razones para divorciarse](#)