

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CATEDRATICA:

LIC. MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ

ALUMNO:

GUSTAVO ANTONIO MENDEZ SURIAN.

MATERIA:

PSICOLOGIA GENERAL.

GRADO:

TERCER CUATRIMESTRE.

GRUPO:

UNICO.

LICENCIATURA:

EN TRABAJO SOCIAL Y GESTIÓN COMUNITARIA.

TEMAS:

EL PSICOANÁLISIS SEGÚN SIGMUND FREUD.

INTRODUCCIÓN

En este ensayo encontraremos a Sigmund Freud y sus teorías, de cómo el comenzó con sus trabajos de investigación, se hablará sobre el caso de Anna O y como con las catarsis ella lograba desahogar sus emociones y como el humano, tiene manera de desahogarse muy distintas, ya que no todos somos iguales, teniendo en cuenta que todas las personas poseen pensamientos, sentimientos, deseos y recuerdos inconscientes, recordemos que el inconsciente no todos tiene un control sobre él, por no decir que casi nadie controla el inconsciente.

Se hablará también del trabajo de Erik Erikson y las aportaciones que hizo al trabajo de Sigmund Freud para el desarrollo del psicoanálisis, se tratara temas como la mente consciente e inconsciente, como ya hice mención anteriormente casi nadie controla su inconsciente, pero hay que tener claro que aquel que tiene una mente consiente tiene un mejor control de su persona ya que aquel que tiene la mente inconsciente se incluyen todas las cosas que están fuera de nuestro conocimiento, y el inconsciente contiene cosas que pueden ser desagradables o incluso socialmente inaceptable ante la sociedad y ante nuestra mente consiente.

También se verá parte del ello, yo y el súper yo, que son parte importante, en el ello se encuentra el impulsos inconscientes, básicos y primarios, en el yo se ve el mecanismo de defensa que se tiene a las demás personas, y por último el superyó o Superego es el último aspecto de la personalidad y contiene nuestros ideales y valores según Freud.

EL PSICOANÁLISIS

Según Sigmund Freud el psicoanálisis se define como un conjunto de teorías psicológicas y técnicas terapéuticas que tienen su origen en el trabajo y las teorías, la idea central es la creencia de que todas las personas poseen pensamientos, sentimientos, deseos y recuerdos inconscientes, las personas son capaces de experimentar la catarsis ósea la liberación de sus emociones más internas. ¹

Freud dice que El psicoanálisis se sustenta bajo varios principios, uno de ellos es la personalidad que se desarrolla en los primeros cinco años de vida esto lo dice en uno de sus principios. El desarrollo de la personalidad está marcado principalmente por los acontecimientos de nuestra primera infancia. Según Freud, las bases de nuestra personalidad quedan fijada a la edad de cinco años. ¹

Cuando la información del inconsciente pasa a nuestro consciente, puede conducirnos a una catarsis y permitirnos lidiar con el problema, acordémonos que la catarsis es la liberación de nuestras emociones, utilizamos una serie de mecanismos de defensa para protegernos de la información contenida en nuestro subconsciente, Los problemas emocionales y psicológicos como la depresión y la ansiedad, suelen tener sus raíces en los conflictos entre la mente consciente e inconsciente. ¹

Enfocándonos un poco en la catarsis este concepto fue introducido por Aristóteles para referirse al proceso de «purificación» que podían experimentar los espectadores de la tragedia sobre sus bajas pasiones, al observar la interpretación de las emociones profundas y movilizadoras por parte de los actores. Pero fue Freud quien lo rescató más adelante y lo aplicó al ámbito psicoterapéutico para denominar al proceso de descarga y alivio de la tensión emocional. ²

1.- <https://www.psicoadactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/>
2.- <https://www.psicoadactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional/>
3.- <https://www.youtube.com/watch?v=wIQ9DmsNzz0>

Aunque bien es cierto, que fue Breuer quien creó el método catártico o de asociación libre y Freud lo desarrolló como parte de su teoría psicoanalítica. Así, Breuer y Freud utilizaban la catarsis emocional en el tratamiento psicológico, como una técnica que formaba parte de la terapia hipnótica, para que sus pacientes pudiesen expresar y liberar sus emociones reprimidas, hay que tener en cuenta que todos tenemos emociones reprimidas y todos las desfogamos de maneras distintas.²

La psicología social habla de la teoría catártica de la agresividad, a raíz de los estudios del psicoanálisis. A través de ella, se explica cómo el ser humano puede ir acumulando frustraciones en su vida diaria que pueden acabar en agresión pero que pueden ser aliviadas a través de la catarsis, mediante la participación de un «intermediario» en la agresión ajena, pero cabe mencionar que esto ayuda en el proceso de liberación de emociones.²

Estoy de acuerdo con lo que dice Seymour Feshbach, ver contenidos violentos a través de la televisión aporta experiencias agresivas indirectas que sirven como vehículo inofensivo para aliviar los sentimientos de hostilidad o frustración, ya que hay personas que lo ven como un desfogue de emociones o de adrenalina y de esta mane no afectan a nadie físicamente, pero si los ayuda a liberarse de su estrés y de sus emociones.²

Como vemos, de un modo u otro, la catarsis emocional es ese proceso que nos permite descargar toda la energía generada por nuestras emociones, incluso las más reprimidas. De lo que podemos deducir la importancia que tiene este proceso para nuestro bienestar psicológico. Ya que estando bien psicológicamente también nos sentimos bien físicamente y damos lo mejor de nosotros a las demás personas.

1.- <https://www.psicoactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/>
2.- <https://www.psicoactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional/>
3.- <https://www.youtube.com/watch?v=wIQ9DmsNzz0>

Breuer con Freud ambos vieron el caso de Anna O, Breuer no encontraba fundamento físico para los síntomas de Anna, pero la trataba con seriedad hasta que después de 18 meses decidió concluir relaciones profesionales, Freud se interesó con el caso y le llamo la atención la histeria que ella presentaba, ahí comenzó el estudio de las perturbaciones neuróticas, Freud observo y analizo a Anna O y la trato con la catarsis, que es la liberación de la tensión emocional, a esto Breuer llamo a este método terapéutico: Cura por el habla.³

El experto principal en la histeria era Jena – Martin Charcot, quien hizo aportaciones importantes ya que consideraba que la histeria era una forma de patología mental basada en la degeneración congénita del sistema nervioso y quienes están sujetos a esta degeneración son susceptibles a la hipnosis, Freud quedo fascinado de los estudios de histeria femenina de Charcot y su capacidad de aliviar sus síntomas a través de la hipnosis. ³

Luego de esto Freud abandono la hipnosis al descubrir que podía identificar las ideas patológicas con sólo hacer que los pacientes se relajaran y describieran lo que le viniera a la mente sin importar lo que fuera, método que denomino ASOCIACION LIBRE, el componente esencial des tratamiento psicoanalítico era la expresión catártica de las emociones asociadas con los recuerdos reprimidos, los cuales pueden identificarse por medio de estados de transe espontáneos, Hipnosis, Asociación libre, sueños, bromas y lapsus linguae.³

En la actualidad, la sociedad nos invita a no expresar lo que sentimos, sobre todo aquello que no está bien visto como un llanto intenso y descontrolado, una explosión de ira o rabia o simplemente, sentimientos de malestar. Es decir, nos impide expresar nuestras emociones y fomenta su represión, lo que conlleva que vayamos guardándolas en lo más profundo de nosotros.²

1.- <https://www.psicoactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/>
2.- <https://www.psicoactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional/>
3.- <https://www.youtube.com/watch?v=wIQ9DmsNzz0>

Teorías de Freud etapas psicosexuales, el inconsciente y simbolismo de los sueños siguen siendo un tema popular entre los psicólogos y laicos, a pesar de que su obra es vista con escepticismo por muchos hoy en día, las teorías de Freud cambiaron la forma en que pensamos sobre el funcionamiento de la mente y el comportamiento humano, y dejaron una huella duradera en la psicología y la cultura, el psicoanálisis ayuda a la gente a entenderse a sí mismos mediante la exploración de los impulsos que a menudo no reconocen porque están ocultos en el inconsciente.¹

El investigador trata de mirar en profundidad todos los aspectos de la vida de un individuo. Al estudiar cuidadosamente a la persona tan de cerca, se espera que el investigador pueda obtener una perspectiva clara de cómo la historia de esa persona contribuye a su comportamiento actual. Gracias a estos conocimientos adquiridos, se supone que lo aprendido podría llegar a aplicarse a otros casos, sin embargo, a menudo es difícil generalizar los resultados, ya que los estudios de casos tienden a ser tan subjetivos.¹

Estoy de acuerdo que en la mente inconsciente se incluyen todas las cosas que están fuera de nuestro conocimiento consciente. Estos podrían ser recuerdos de la infancia temprana, secretos y deseos ocultos. Según Freud, el inconsciente contiene cosas que pueden ser desagradables o incluso socialmente inaceptable. Debido a que estas cosas podrían generar dolor o conflicto, están enterrados en el inconsciente.¹

Para Freud creía que el Ello era la personalidad se compone de tres elementos clave. El primero de ellos lo denomina Ello. Aquí se encuentran todos los impulsos inconscientes, básicos y primarios, El segundo aspecto de la personalidad es el Yo, también conocido como Ego. Esta es la parte de la personalidad que debe hacer frente a las exigencias de la realidad. Ayuda a controlar los impulsos del Ello

1.- <https://www.psicoadactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/>
2.- <https://www.psicoadactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional/>
3.- <https://www.youtube.com/watch?v=wIQ9DmsNzz0>



y nos hace comportarnos de manera realista y aceptable en la sociedad y la tercera. El superyó o Súperego es el último aspecto de la personalidad y contiene nuestros ideales y valores. Los valores y creencias que nuestros padres y la sociedad infundan en nosotros, son la fuerza motriz del superyó, y se esfuerza por hacer que nos comportamos de acuerdo con esta moral.¹

1.- <https://www.psicoactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/>
2.- <https://www.psicoactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional/>
3.- <https://www.youtube.com/watch?v=wIQ9DmsNzz0>

CONCLUSIÓN

Como mencione Breuer y Freud utilizaban la catarsis emocional en el tratamiento psicológico, como una técnica que formaba parte de la terapia hipnótica, para que sus pacientes pudiesen expresar y liberar sus emociones reprimidas, y este era una de sus técnicas para el tratamiento y estudio del psicoanálisis.

Al liberarnos emocionalmente y demostrarnos que la fragilidad también forma parte de nuestras vidas porque no somos superhéroes, porque llorar también es necesario y gritar a veces nos alivia, ahora bien, esto no nos hace débiles, sino humanos y nos enseña lo necesario que es la expresión emocional para su futura comprensión y la asimilación del dolor y del sufrimiento que nos acecha.

La catarsis emocional es buena, es decir, liberar nuestras emociones es recomendable, pero hacerlo ocasionando daño a los demás no, es muy importante tener en cuenta nuestro comportamiento cuando experimentamos un proceso de catarsis emocional e investigar métodos como el arte, la escritura, la meditación o el baile para expresar todo lo que tenemos reprimido y conseguir así, aumentar nuestro bienestar.

Podemos llegar a la conclusión que el psicoanálisis abrió una nueva visión de la enfermedad mental, que sugería que el hecho de hablar de los problemas personales con un profesional, podría ayudar a aliviar los síntomas de los trastornos psicológicos.

BIBLIOGRAFÍA

- 1.- <https://www.psicoactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/>
- 2.- <https://www.psicoactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional/>
- 3.- <https://www.youtube.com/watch?v=wIQ9DmsNzz0>.