

Técnica psicoanalítica (y X)

El análisis de los sueños

Antonio SANCHEZ-BARRANCO RUIZ
Ciudad Sanitaria Virgen del Rocío. Sevilla.
UNED.

El análisis de los sueños es un pilar fundamental del psicoanálisis, al que Freud permaneció siempre fiel, estimando que era una vía insustituible para conocer el inconsciente humano. Ultimamente, sin embargo, su utilización ha decaído bastante, especialmente dentro del marco de las psicoterapias dinámicas breves. En cualquier caso, el dominio de la psicología del soñar es imprescindible para todos los que practiquen el psicoanálisis en alguna de sus variantes.

Con este breve trabajo, en el que precisamente nos ocuparemos de las principales ideas freudianas sobre el soñar, damos por finalizada nuestra serie sobre *Técnica analítica*.

Introducción

Las más importantes aportaciones sobre el fenómeno onírico se las debemos a Sigmund Freud. Como ya es conocido, el soporte inicial de la doctrina psicoanalítica al respecto apareció en *La interpretación de los sueños* (1900), aunque Freud siguió profundizando en el tema onírico a lo largo de su vida, pudiéndose destacar como obras más importantes las siguientes: *Sobre el sueño* (1901), en donde empezó a resaltar la importancia del simbolismo; las *Conferencias introductorias al psicoanálisis* (1915-1917), cuya parte II, El sueño, supuso una versión pulida de los conocimientos sobre el soñar, comprendiendo el principal artículo freudiano sobre el tema del simbolismo onírico; *Complemento metapsicológico a la doctrina de los sueños* (1917), que incluyó nuevas concepciones sobre la regresión y el narcisismo; y, finalmente, *Nuevas conferencias de introducción al psicoanálisis* (1932), en donde redactó «Revisión de la doctrina de los sueños», dejando sus ideas definitivamente estructuradas.

El interés psicoanalítico por los sueños fue debido a que, habitualmente, los pacientes incluían material onírico en sus asociaciones libres, material que las más de las veces poseía un carácter sintomático. Y dado que los síntomas neuróticos habían mostrado un evidente sentido y significado, Freud (1900) pensó que lo mismo tendría que acontecer con los sueños. Esto lo fue verificando en su autoanálisis y en el trabajo con sus pacientes, captando además que el análisis de los sueños permitía un peculiar acceso a la vida inconsciente.

Características generales del soñar

Para que se produzca un sueño es preciso que el sujeto esté durmiendo. Hoy se sabe, además, que ello sucede habitualmente en una determinada fase del dormir, la *fase MOR*, caracterizada por la presencia de ciertas ondas en el electroencefalograma y una serie de movimientos oculares rápidos.

La finalidad fundamental del dormir

se supone que es la de descansar y reponer energías, implicando para ello un muy notable descenso de la actividad psíquica superior. Esto se facilita por la retirada biopsíquica del mundo circundante y la paralela regresión del aparato mental. Pero, aún en estas circunstancias, se hace imposible un absoluto reposo psíquico, pues al aparato mental acceden estimulaciones procedentes del ambiente y del interior. Estas estimulaciones pueden resultar inoportunas para mantener la continuidad del descanso, especialmente cuando la manifestación psíquica que se constituya traiga consigo una excesiva activación del Yo del sujeto, ya que esto provocaría el despertar. Para evitarlo, el aparato psíquico procesa el contenido mental de tal forma que el dormir pueda persistir, creando para ello los sueños, que por sus características suelen permitir la prolongación del descanso.

La incoherencia y absurdidad de las representaciones oníricas serían debidas, precisamente, a las transformaciones realizadas por el aparato psíquico, con el fin de procurar que

lo que llegue al Yo del sujeto evite el despertar. De esta forma, el sueño cumpliría una función adaptativa, al ser una especie de *guardián del dormir* (S. Freud, 1901).

Hemos mencionado que el sueño se origina a partir de las estimulaciones externas e internas que llegan al aparato psíquico del durmiente. A partir de ellas se organiza un contenido psíquico que podría traer consigo el despertar: con el fin de evitarlo, tal contenido ha de sufrir una serie de transformaciones. Así, en el caso de que un estímulo externo (por ejemplo, un ruido del exterior) impidiera la continuidad del dormir, es convertido en un sueño compatible con el seguir descansando; si se moviliza una necesidad fisiológica interna (hambre o sed), se procura su satisfacción momentánea; ahora bien, si la exigencia planteada empuja a la satisfacción de un deseo prohibido, la única solución sería la de transformar tal deseo en un contenido aparentemente absurdo (que conllevara la satisfacción), lo que también facilitaría el seguir reposando.

En este último campo, en el de la deformación onírica a través de la censura, el simbolismo y en general el llamado *trabajo del sueño*, es donde Freud aportó sus más originales ideas, así como en la tarea complementaria de la interpretación onírica.

La interpretación de los sueños.

Interpretar un sueño es aclarar su significado inconsciente, sustituyendo sus elementos manifiestos por los que les subyacen y determinan. Para conseguir este objetivo, Freud (1900) partió de la premisa de que siendo el sueño una manifestación del durmiente, aparentemente incomprendible para el observador, el único que podía aclarar los interrogantes que la historia onírica plantea es el propio soñador. Para ello, y tras verificarlo en su propio autoanálisis, Freud creó los fundamentos de la técnica del análisis de los sueños mediante el siguiente procedimiento (Freud, 1900):

Tras oír el relato del sueño, solícitamente al sujeto que asociara libremente

a partir de la serie de elementos que componían el contenido manifiesto, aunque a partir de un momento determinado, Freud no respetaba siempre el orden cronológico del material, sino que comenzaba con los elementos que más llamaban la atención del soñante (Freud, 1932).

En tales asociaciones, el analizado suele mostrar una serie de resistencias, las cuales son muy manifiestas cuando subyace un tema conflictivo. Una estrategia práctica para vencer tales resistencias es volver al análisis del sueño días después de haber sido comunicado (Freud, 1932). En todo caso, ha de tenerse en cuenta que en ocasiones no es posible asociar porque nos encontramos ante símbolos, más allá de los cuales el sujeto no puede ir (Freud, 1916).

Con el material recogido, a la luz de los datos procedentes del análisis global y en el contexto del encuentro analítico, muchos sueños llegan a adquirir un significado evidente.

En todo caso, ha de tenerse muy en cuenta que las asociaciones surgidas a partir de los elementos del sueño no son todavía los pensamientos oníricos latentes. Estos están contenidos en tales asociaciones, pero es frecuente que éstas se detengan justo delante de los pensamientos oníricos genuinos. Entonces ha de intervenir el psicoanalista, reconstruyendo, completando e interpretando (Freud, 1900).

Sentido y significado de los sueños

Tanto la consideración de los sueños infantiles como algunos de semejante corte que se dan entre los adultos (satisfacción de necesidades fisiológicas, sueños de impaciencia y otros), reflejan, sin ningún tipo de interpretación, que el contenido manifiesto supone una clara realización de deseos. En cambio, en otros muchos sueños, dada la deformación onírica existente, para tener acceso al contenido latente, donde se refleja la realización del deseo, es imprescindible el trabajo analítico.

La realización del deseo se lleva a cabo, pues, de una forma directa o

desfigurada. Esto último acontece porque se trata de algún deseo prohibido, rechazado por la censura: ello fue precisamente la causa de la desfiguración onírica y el motivo de la intervención de la censura (Freud, 1916).

El postulado que mantiene que *todo sueño es una realización de un deseo*, parece desmentirse por la existencia de sueños displacenteros, como son los de contenido penoso, los de angustia y los punitivos. Pero tampoco éstos escapan al mencionado postulado.

Ahora bien, ha de explicarse el por qué se manifiestan los afectos penosos, angustiosos o punitivos. Según Freud (1916), puede ocurrir que *el trabajo del sueño no logre plenamente crear un cumplimiento del deseo, de suerte que una parte del afecto penoso de los pensamientos oníricos quede pendiente y aflore en el sueño manifiesto*. Esto acontece porque para el trabajo del sueño es mucho más difícil alterar el sentido de los afectos que el de los contenidos, de tal manera que se consigue refundir el contenido penoso de los pensamientos oníricos en un cumplimiento de deseo (por ejemplo, la muerte del padre o de la madre), mientras que el afecto penoso se abre paso sin alterar.

En cuanto a los sueños de angustia, ocurre que son muchas veces cumplimientos de deseos prohibidos, pero no disfrazados. La angustia acompañante al sueño cumpliría aquí el papel de la censura.

Finalmente, respecto a los sueños punitivos, se trataría de la satisfacción que trae consigo el castigo recibido, dada la existencia en la vida anímica de tendencias de esta índole.

Hay, sin embargo, una excepción a la regla general de que el sueño es una realización de un deseo: es el caso de los sueños que tienen lugar en las neurosis traumáticas. Aquí el sujeto sueña repetidas veces con la escena traumática que desencadenó la neurosis (accidente, etc.), no siendo de suponer que es un deseo del Yo reeditar tales hechos. En estos casos, el aparato psíquico ha tomado una vía resolutoria de índole económica: al estar dicho aparato saturado

y atorado por el material traumático, va soltándolo paulatinamente en forma de sueños, hasta recuperar la homeostasis.

La desfiguración onírica

La transformación del contenido latente en el contenido manifiesto del sueño tiene lugar por medio de la *elaboración primaria* del sueño, que comprende la acción de la censura, de la simbolización y del trabajo del sueño propiamente dicho. Tras el despertar acontece la *elaboración secundaria*, que origina una cierta reconstrucción del texto, para hacerlo más aceptable a la lógica y racionalidad conscientes: el material es ordenado según un sentido que a menudo implica un malentendido total, e, incluso, donde parece necesario se efectúan intercalaciones (Freud, 1916).

La actuación de la *censura onírica* es responsable de parte de la desfiguración onírica, mostrando su acción por medio de omisiones, lagunas, modificaciones, atenuaciones, aproximaciones, alusiones y reagrupamiento del material, así como procurando recuerdos debilitados, imprecisos o dudosos de ciertos elementos del texto, entre otros componentes perfilados con nitidez.

La censura también utiliza distintas intensidades en las imágenes del texto, lo que suele tener un doble significado: o bien se trata de que la porción más clara o intensa corresponde a la realización del deseo, o bien indica que ahí existe una condensación de muchos elementos.

Otro camino de manifestarse la censura es a través de la inversión del orden lógico y real de los hechos, de tal forma que el desenlace de la historia aparece al principio y el comienzo al final.

Otra vía frecuente que toma la censura es desplazar el acento afectivo, resaltando algo de escasa importancia y dejando apenas sin resonancia lo más nuclear del contenido onírico. En otros casos, ciertas imágenes del texto están en lugar y función de otras, siendo aquéllas muchas veces símbolos.

Una segunda vía de desfiguración del sueño se debe a la participación de la *figuración simbólica*. Este factor lo descubrimos si prestamos atención a lo que superficialmente pudiera estimarse una laguna de la técnica: a veces al analizado no se le ocurre absolutamente nada cuando trata de asociar libremente ante determinados elementos del texto, pudiéndose *reconocer una nueva legalidad allí donde al comienzo se creía experimentar sólo un excepcional fracaso de la técnica* (Freud, 1916). En efecto, sucede que tales elementos *mu*chos tienen una traducción directa y relativamente constante: puede llamarse simbólica a la relación constante entre el elemento onírico y su traducción y símbolo del pensamiento onírico inconsciente a tal elemento del sueño.

Con esta cuarta relación se completan todas las existentes entre los elementos del texto y los latentes, que son, además de la simbólica, la de la parte al todo, la de la alusión y la de la ilustración en imágenes (Freud, 1900).

El simbolismo no pertenece con exclusividad al sueño ni es característico de él, admitiendo Freud (1916) que *la gama de cosas que encuentran figuración simbólica en el sueño no es grande: el cuerpo humano como un todo, los padres, hijos, hermanos, el nacimiento, la muerte, la desnudez... y algunas otras*, subrayando también que *la inmensa mayoría de los símbolos del sueño son símbolos sexuales*.

En cuanto al apoyo en los símbolos para interpretar los sueños, Freud (1916) insistió en que *la interpretación basada en el conocimiento de los símbolos no es una técnica que pueda sustituir a la asociativa o medirse con ella. Es su complemento, y únicamente insertada dentro de ella brinda resultados utilizables*.

Finalmente tenemos el *trabajo del sueño* propiamente dicho, que origina la desfiguración onírica a partir de tres operaciones: la condensación, el desplazamiento y la transformación de pensamientos en imágenes visuales (Freud, 1900).

La primera operación del trabajo onírico es la condensación, respecto

de la cual Freud (1901) escribió: *Cada uno de los elementos del contenido del sueño está sobredeterminado por el material de los pensamientos oníricos; su genealogía no reconduce a un elemento único de los pensamientos oníricos, sino a una serie entera de ellos que en modo alguno tienen por fuerza que ser contiguos, sino que pueden pertenecer a las más diferentes regiones del tejido de pensamientos. El elemento onírico es, en el sentido cabal de la palabra, el subrogado dentro del contenido del sueño de todo ese material disperso.*

A causa de la condensación, el sueño manifiesto tiene un contenido mucho más escueto que el latente, siendo una suerte de traducción compendiada de éste.

La condensación onírica se realiza por uno de los tres mecanismos siguientes (Freud, 1916): 1) omisión de ciertos elementos del contenido latente; 2) de los muchos complejos del sueño latente, sólo un jirón se traspaasa al contenido manifiesto; y, 3) elementos latentes que tienen algo en común se aúnan en el sueño manifiesto, fundiéndose en una unidad.

La segunda operación del trabajo onírico es el desplazamiento, que es obra de la censura onírica, como ya vimos. Sus dos formas de exteriorizarse, son: 1) un elemento latente no es sustituido por un componente apropiado, sino por algo alejado, por una alusión; y, 2) el acento psíquico se traspaasa de un elemento importante a otro sin importancia.

La tercera operación del trabajo del sueño consiste en la trasposición de pensamientos en imágenes visuales. Desde luego, no todo en los pensamientos oníricos experimenta esta trasposición, conservando mucho su forma como pensamiento o como saber; además, tampoco las imágenes visuales son la única forma en que se trasponen los pensamientos, aunque ello es esencial en la formación del sueño.

A título de algunos ejemplos, veamos cómo se expresan las relaciones lógicas por medio de las imágenes oníricas (Freud, 1900): a) la coherencia lógica suele representarse con imágenes simultáneas, es decir,

siempre que en un sueño aparezcan elementos próximos unos a otros hay que pensar que ello indica que están relacionados; b) las relaciones causales suelen expresarse de dos formas: con sueños en dos partes, en donde la parte principal del sueño indica la frase condicionante y los elementos preliminares la frase accesoria; o bien, a través de una transformación de una imagen en otra, cambio que el soñante presencia; c) la alternativa no encuentra expresión en el texto, aunque a veces un sueño dividido en dos partes representa tal alternativa; cuando en el sueño aparece una alternativa, ello ha de traducirse por vaguedad o imprecisión; d) la contradicción y la negación pueden mostrarse como la imposibilidad de ejecutar una acción, siendo un ejemplo típico el de la sensación de parálisis dentro del sueño, lo que refleja un conflicto entre el deseo y la voluntad; otra manera habitual de negar el contenido onírico es soñar que se está soñando, lo que lleva a la intención de rebajar la resonancia de lo soñado; e), finalmente, la analogía o coincidencia se muestra haciendo síntesis en unidades: la unidad puede referirse a personas, en cuyo caso se habla de identificación, o también a cosas, etiquetándose de formación mixta.

Referencias bibliográficas

- FREUD, S. (1900).: *La interpretación de los sueños*. Buenos Aires: Amorrortu, V y VI, 1979, pp. 48 y ss., 118 y ss., 142 y ss., 153 y ss., 285 y ss. y 504 y ss.
- FREUD, S. (1901).: *Sobre el sueño*. Buenos Aires: Amorrortu, V, 1979, pp. 617-667.
- FREUD, S. (1916).: *Conferencias de introducción al psicoanálisis*. Buenos Aires: Amorrortu, XV, 1978, pp. 73-219.
- FREUD, S. (1917).: *Complemento metapsicológico a la doctrina de los sueños*. Buenos Aires: Amorrortu, XIV, 1978, pp. 221-233.
- FREUD, S. (1932).: *Nuevas conferencias de introducción al psicoanálisis*. Buenos Aires: Amorrortu, XXII, 1979, pp. 7-28.