

14  
7080  
Quintana

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS

COLEGIO DE PSICOLOGIA

2057  
SR. COLUN

10 de febrero  
1971  
18.00 hrs.

AZIZ



LOS SUEÑOS Y LA TERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE.

chelli

TESINA QUE PRESENTA LEOPOLDO FELIX VILLELA SEGURA  
PARA OBTENER EL TITULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGIA.

CIUDAD UNIVERSITARIA.

MEXICO, 1971.



EXAMENES  
PROFESIONALES



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

*Handwritten notes:*  
#4  
#8

Z5053.08  
UNAM. 14  
1971



M-161041

Tip. 180



I N D I C E

1.	CAPITULO I. <u>LOS SUEÑOS. SU INTERPRETACION.</u>	Página 1.
2.	CAPITULO II. <u>LA INTERPRETACION DE LOS SUEÑOS EN LA ANTIGUEDAD.</u>	Página 12.
3.	CAPITULO III. <u>LA INTERPRETACION DE LOS SUEÑOS SEGUN S. FREUD.</u>	Página 19.
4.	CAPITULO IV. <u>EL USO TERAPEUTICO DE LOS SUEÑOS.</u>	Página 26.
5.	CAPITULO V. <u>ANTECEDENTES Y DESARROLLO DE LA TERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE; LOS SUEÑOS.</u>	Página 28.
6.	<u>BIBLIOGRAFIA.</u>	Página 35.



## CAPITULO I

### LOS SUEÑOS.

#### SU INTERPRETACION.

##### INTRODUCCION.

El fenómeno de los sueños siempre ha sido objeto de diversas conjeturas por parte de los hombres que han tratado de comprender la naturaleza -- humana. Llámese " Revelación Divina ", " Fenómeno Onírico " o simplemente " Gráfica de Electro ".

Desde tiempo inmemorial se ha descubierto que el hombre sueña, que pasa una tercera parte de su vida durmiendo y que la mayoría de las veces en ese estado de relajación tiene una serie de imágenes que poseen un significado singular para quien las sueña.

Se habla de sueños que cambiaron el curso de la historia como el de -- José en Egipto, Atila frente a Roma o los que tuvo Alejandro antes de -- llevar a cabo algunas de sus batallas mas famosas. También hay quienes-- han señalado que gracias a un sueño han podido encontrar soluciones a -- problemas, complejos de matemáticas o física y que nunca se les hubieran ocurrido en la vida despierta. asimismo hay personas que juran haber -- viajado a otros países y hacen descripciones detalladas y con una exactitud sorprendente de los lugares que visitaron pero que solo había sido en un sueño. A la mayoría de las personas les sucede que tienen una remota idea que soñaron, pero que no se acuerdan de lo que toda la no--

che les mantuvo en una tensión y que no encuentran un significado entre lo que soñaron y lo que les está sucediendo en la vida cotidiana.

Ante todo este material de tan diversas características vale la pena - preguntarse: ¿ Qué papel juega el Psicólogo ante este fenómeno que se llama sueño ? ¿ Hasta qué punto le compete al Psicólogo entender el - significado de los sueños ? ¿ Qué papel puede jugar este fenómeno para la explicación de la conducta ? ¿ Hasta qué grado los sueños son reflejo de lo que está viviendo una persona ? ¿ Qué hay de válido en lo que se ha escrito sobre el tema y que aplicación se le puede dar ?

En la respuesta de estas preguntas encontraremos mas adelante el significado de los sueños en el proceso psicoterapéutico. También como el -- sistema centrado en el cliente resuelve esta incognita y los efectos -- que repercuten en la relación counselor-cliente. Para poder entender -- el fenómeno de los sueños será necesario hacer una revisión del marco -- de referencia en donde se presentan, esto es, el dormir.

#### EL DORMIR.

Todos los hombre duermen. Entre la obscuridad de la cual salimos al nacer y la obscuridad en la que terminamos, sube y baja una marea de obscuridad cada día de nuestras vidas. Es sorprendente que los hombres sucumban a esta diaria caída desde el estado consciente con tan poca curiosidad por saber que sucede en ese tiempo que literalmente se le acaba la vida.

Durante el día, actúa, observa, tiene conciencia de sí mismo. Pero durante la noche, ¿qué es lo que ocurre dentro de su cuerpo y de su mente?, a través del espejo, en alguna imagen refleja de su ser, sus identidades desconocidas se levantan para manifestarse en un sinnúmero de imágenes, son parte de él, pero no las conoce. Cuando se está dormido no se puede observar conscientemente la propia actividad mental.

No todas las personas duermen igual. La personalidad de un individuo a menudo parece reflejarse en las pautas de su sueño; en sus hábitos y su conducta mientras está dormido, pues este estado va acompañado de movimientos, de charla de ronquidos de sonrisas y de despertares. La persona dormida hace discriminaciones sutiles y puede dormir en una tormenta de truenos y, sin embargo, despertarse al lloriquear de un niño. Cada persona tiene una regulación interior en cuanto al tiempo a lo largo del día y de la noche.

La mayoría de las personas primitivas y casi todos los niños crean rituales y amuletos, cuyos significados especiales los ayudan a coger el sueño.

Las raíces de los rituales de nuestro sueño son por lo común oscuras y sin embargo, nuestras prácticas no se interrumpen después de la niñez. Hay personas que dicen que el dormir no constituye un problema para ellas, que sus sentidos al respecto son indiferentes y que sin embargo se toman una píldora para dormir cada noche. Encerrado en alguna parte del cerebro, el sueño debe tener algún significado y un valor emocional-



ineludible para cada hombre. Independientemente de como nos preparamos para dormir cada noche nuestros actos poseen de manifiesto actitudes que quizá nunca reconozcamos, significados que hace mucho tiempo han desaparecido de la memoria consciente, pero que en el sueño se manifiestan tan claramente como si los hubieramos vivido hace poco tiempo. Las actitudes frente al dormir comienzan en la mas temprana infancia y casi todos los adultos han visto como se forman, pues toman conciencia del sueño cuando un bebé llega a su hogar. Es sorprendente que una criatura tan pequeña pueda turbar tan cabalmente el sueño de sus padres. Al principio él no dormirá a lo largo de la noche, sino que se echará sueñitos intermitentes. La madre joven, que antes dormía profundamente, se despierta ahora al oír la menor tos o al menor quejido. Luego de algunas semanas de fatiga, el niño se adapta al sueño de toda la noche que sus padres consideran como una necesidad. La idiosincrasia de su familia y su propia constitución, han empezado a modelar sus hábitos de dormir. Antes de cumplir los tres años, el sueño se convertirá en una cuestión muy importante de la vida cotidiana del niño. Quizá haga resistencia a la hora de obscuridad y aunque se sienta exhausto podrá inventar las estrategias mas sutiles para aplazar el momento de ir a dormir. Probablemente los niños no odian los sueños, sino mas bien lo que presagian. A veces el miedo es un factor que propicia el no desear ir a la cama y que al dormir se manifieste en horribles pesadillas que el niño vive como reales y como muy amenazantes. El niño muy pequeño no sabe como expresar esos terrores, aunque muchas veces los encontramos en sus pinturas o ritos antes de dormirse.

En la rama dorada Sir James Frazer, sustenta la teoría que el miedo al sueño provino de la creencia de que los hombres y los animales funciona-

ban, solamente, porque en ellos habitaba un hombrecillo o un animal pequeño. A esto se le llamó: Alma. La vida dependía de la existencia del alma y la muerte era su ausencia. El dormir se consideraba como la ausencia transitoria del alma.

Un informe descriptivo proveniente de la punta mas meridional de América del Sur, indica que la Constitución y la Cultura van de la mano y generan habilidades especiales de dormir. En el territorio Andino Indios de una tribu primitiva la de los Yahgas, muestran poseer un talento muy especial para caer dormidos sin esfuerzo, para permanecer observantes mientras duermen y sin embargo hacer caso omiso de las distracciones. Duermen ligeramente, se despiertan rápida y fácilmente, frescos y vivos.

Nuestra propia cultura exhibe tanta diversidad de composición genética y hábitos de dormir como la tribu de los Yahgas muestra uniformidad. Muchas de nuestras idiosincrasias, nuestras demandas especiales de taponos para los oídos o máscaras para los ojos, nuestra necesidad de compañía para dormir, nuestras ansiedades no expresadas verbalmente, pueden tener su origen en el temprano entrenamiento en la niñez.

Aunque no todo el mundo duerme de noche casi todas las personas duermen durante un intervalo largo cada veinticuatro horas. No se sabe si existe una necesidad intrínseca de dormir un largo espacio de tiempo, o si necesitamos alguna cantidad absoluta de sueño que pueda distribuirse de manera diferente. Nuestro horario en el dormir parece estar conectado a relojes corporales que giran alrededor de un eje de unas veinticuatro horas. Estos relojes biológicos están ajustados a los cambios rítmicos de la -



naturaleza y se encuentran en todo ser viviente.

La larga historia del hábito del dormir parece aclararse al echar una mi rada al mundo natural, pues se ve que hay algo especial en un período de descanso cada veinticuatro horas, el día solar causado por una revolución de nuestro inclinado planeta en su giro anual alrededor del sol. Las -- plantas y las flores mueven sus hojas conforme a un ritmo diario, que - persistirá aún cuando se las trasplante a hondas cuevas de oscuridad y - temperaturas inmutables. Es casi imposible encontrar una criatura vivien cuya actividad no baje por lo menos durante un período al día. Las lan-- gostas se quedan inmóviles. Las almejas respiran menos vigorosamente. -- Las mariposas pliegan sus álas durante la noche, se agarran firmemente - a una hoja y se niegan a moverse hasta una hora conveniente de la mañana. Durante la noche, algunos peces yacen de costado en el fondo del acuario. Otros flotan en la superficie del mar. Las aves y los mamíferos tienen - sus respectivos períodos de descanso.

La luz visible del sol parece mantener los ritmos del cuerpo en fase con el ritmo diario del medio ambiente.

El ciclo del sueño y la vigilia probablemente es resultado de un número de ritmos biológicos que giran en torno a un intervalo de aproximadamente veinticuatro hora. No es precisamente de un día sino de cerca de un - día y se le conoce como ritmo circadiano. Aunque la mayoría de las perso nas no percibe este ritmo interior, es uno de sus atributos mas importan tes. Puede influir en la competencia con que desempeñe su trabajo una -- persona, en la reacción de un paciente g una intervención quirúrgica, en

la calidad del juicio, en la resistencia a las presiones y tensiones. --- Podría decirse que el ritmo circadiano es la regulación interior del tiempo del hombre. Uno de los signos mas claros de este ritmo diario lo constituye la temperatura del cuerpo. Varía unos grados cada veinticuatro horas.

El cuerpo del hombre se aferra tercamente a este ritmo circadiano, inclusive cuando se le aparta del día y la noche, de los relojes y de toda actividad social que le pueda recordar el tiempo.

Los días y las noches de un hombre, sus síntomas de enfermedad, sus horas de confusión, sus momentos de claridad, su debilidad y su fuerza bien pueden estar determinados y equilibrados por la completa regulación de sus relojes corporales.

Los ciclos biológicos parecen ejercer un poder sobre los seres humanos -- desde que estos nacen hasta que mueren, aunque la mayoría de nosotros nos damos mayor cuenta de ellos e ignoramos las periodicidades regulares de nuestros estados de ánimo, de nuestro vigor, de nuestros días de eficiencia y nuestros días de torpor. La mayoría de las mujeres ni siquiera se percatan de que cambian emocionalmente cada mes un poco antes y después de su período menstrual.

Estos ciclos han sido investigados en enfermos mentales y se han descubierto casos muy interesantes, como el de un enfermo que padecía inmobilizadores ataques de depresión un día si y otro no, y en los días en que los sufría prefería aislarse de todo trato con sus compañeros.

Los síntomas maniacodepresivos son a menudo cíclicos y muchas psicosis -- son intermitentes, dejando a la persona harto normal, durante largos períodos, entre ataques.

Curt Richter de la Universidad de Johns Hopkins, ha pensado en la existencia de un vínculo entre alguna de estas enfermedades y el ritmo corporal-normal. Ha establecido la hipótesis de que los múltiples metabolismos -- del cuerpo tienen, todos, ritmos particulares o ciclos de actividad. Comunmente muchos de estos están fuera de fase y el cuerpo, en su conjunto-permanece relativamente constante. Un Shock, un accidente, un trauma emocional o inclusive alérgico pueden alterar de tal manera el sistema que -- algunos de estos sub-ciclos caigan en sincronía, exagerando sus efectos y causando esas crecientes y esas menguantes que llamamos síntomas.

#### LA CARENCIA DEL SUEÑO.

El conocimiento de los efectos por el no dormir, se deben en gran parte a Harold L. Williams del Instituto de Investigaciones Walter Reed del Ejército. Este investigador inició los primeros estudios con voluntarios del ejército, los cuales vivieron en una sala de hospital, asistidos por enfermeras y personal de intendencia, preparado constantemente para servir-café, ofrecer baños y distracciones. En este estudio estos voluntarios -- permanecieron despiertos durante mas de noventa y ocho horas tiempo suficiente para que el equipo de investigadores hallase un deterioro mental -- progresivo, así como una serie de cambios psicológicos.

Los síntomas mentales de la pérdida de sueño según se ha encontrado en -- este y otros estudios, ocurren de una manera lenta y predecible, aumentán



dose a medida que transcurre el tiempo. Los voluntarios del Walter Reed, se fueron volviendo mas desiguales en el desempeño de los Tests y exhibieron lapsos de atención, fatiga y una tendencia a apartarse del mundo exterior. Dejaron de hacer movimientos innecesarios y comenzaron a quejarse de sensaciones físicas desagradables, de que les ardían o escocían los ojos, de que se les borraba la visión, de que sentían como si una banda les apretara el cerebro. Al cabo de unas treinta o sesenta horas, comenzaron a observar cambios en la percepción de la profundidad. Pequeños objetos parecían salirse de su lugar. Muchos vieron un halo de niebla alrededor de las luces. Otros vieron que el suelo empezaba a ondular.

Al cabo de noventa horas, algunos individuos tuvieron alucinaciones vividas un hombre vió perros ilusorios en la sala. Otro pidió ayuda para quitarse las telarañas que lo aprisionaban. Era difícil distinguir el día y la noche. El tiempo parecía extenderse o contraerse como un acordeón. Para realzar la sensación de confusión, los pensamientos se enredaban con la realidad externa. Se intrusaban sueños breves, a veces a mitad de la conversación y era difícil distinguir estos acontecimientos fugaces e imaginarios de los que habían ocurrido realmente. El estado de ánimo de los hombres cambiaba frecuentemente unas veces se soltaban a reir sin razón y otras veces, mas a menudo, se ponían deprimidos o irascibles. Cada día los Test parecían mas difíciles y los hombres los resolvían mal. Se obtuvieron pruebas de que la pérdida de sueño, por sí sola, debe causar algunos cambios importantes en la función del cerebro.

Asimismo se descubrió: Padecimientos intestinales, dolores de cabeza, desordenes del pensamiento e inclusive reacciones psicóticas.

Entre las cuarenta y las cien horas se presenta una crisis; los cambios se vuelven severos y la persona que no ha dormido siente una alteración en el peso de sus brazos y de sus piernas, diciendo a veces que no los tiene pegados al cuerpo. En ese momento, las ilusiones y las alucinaciones aparecen intermitentemente. Es cuando el metabolismo energético del cuerpo, exhibe un cambio pronunciado. La transformación de los alimentos en energía para los nervios, músculos y todas las actividades celulares depende del compuesto químico ATP ( trifosfato de adenosina ) que es el catalizador de la liberación de energía en toda la materia viva. A medida que todas las sustancias alimenticias se transforman en energía celular, el ATP pierde uno de sus fosfatos y se convierte en ADP ( difosfato de adenosina ). Comúnmente el ADP se reconvierte y se almacena de manera que no se agotan las existencias de ATP pero al cabo de cuatro días de pérdida de sueño, el metabolismo de emergencia que crea el ATP parece disminuir notablemente. Es en este momento en que la gente exhibe los cambios más significativos de conducta.

Después de solo cuarenta y ocho horas de pérdida de sueño, además, el cuerpo parece comenzar a generar un nuevo compuesto de tensión que pertenece a la familia del LSD ( el cual como se sabe produce alucinaciones ). El nuevo compuesto químico fué descubierto por Arnol Mandell y sus colaboradores en la Ucla, en personas que habían sufrido una tensión benigna, en personas que habían estado sin comer dos días y en personas que habían estado sin dormir por más de cuarenta y nueve horas. Si esta sustancia de reacción a la tensión tiene efectos psicológicos como los del LSD, y si



aumenta en el sistema durante pérdidas de sueño, entonces será esa una ex  
plicación al por qué la pérdida de sueño produce trastornos psicóticos.

El dormir adecuadamente representa un paso más hacia la salud mental y no es necesario que se presenten mas datos para tomar en consideración la -- importancia del dormir. Sin embargo el estar en la cama y en un estado de completa relajación, así como en una etapa muy profunda en todo el proceso, no es mas que un corolario de lo que sucede noche a noche y que quizá no tenga nada que ver con las condiciones fisiológicas del organismo; esto es, los sueños.

Estos son los que muchas veces despiertan al individuo a mitad de la noche y hacen que muchas veces los deseos de dormir se vean como torturas a las que hay que someterse. Así mismo, como con un deseo incontrolable - hace que muchas personas, principalmente deprimidos busquen en la cama lo que la realidad les niega, fantasías que solo en los sueños son posibles de realizar.

Pero entrar en la interpretación de los sueños, significa entrar en el te  
rreno de lo dinámico y abandonar todo postulado científico, pero es a tra  
vés de lo primero como es posible entender el significado de los sueños y darnos una explicación mas o menos racional y útil.

## CAPITULO II

### LA INTERPRETACION DE LOS SUEÑOS EN LA ANTIGUEDAD.

Se sabe que la humanidad, donde quiera que surge, se manifiesta primeramente por una actitud animista. Al parecer todas las sociedades primitivas atribuyeron sus éxitos y fracasos a poderes misteriosos, omnipotentes, capaces de modificar el curso de las cosas; tal concepción llevaba consigo el deseo de conciliarse o de apaciguar esas fuerzas mediante --prácticas religiosas o mágicas, que, de tal modo, aparecen en los orígenes mismo de la vida mental.

Los estudios modernos, así sobre la mentalidad infantil como sobre la mentalidad primitiva, han aclarado de manera satisfactoria este estado de espíritu, que consiste en proyectar hacia el exterior deseos y temores, en conferir un poder oculto a los seres y las cosas del mundo ambiente.

Con una mentalidad animista, se sabe que en la actualidad algunos indígenas consideran al sueño, como, una escapada del espíritu fuera del --cuerpo y que anda deambulando por los lugares que ya ha conocido y quelo que se experimenta como sueño, no son más que las peripecias de este espíritu. Asimismo el sueño les sirve como indicio de factores que pueden alterar su vida, tales como, la caza, la cosecha, el enemigo o el --engaño de la esposa. Se sabe que esos sueños son tomados como sentencias y se han conocido casos en que el marido ofendido por un sueño hallegado a sacrificar a su esposa, ya que en él, encontró que lo engañaba.

Uno de los documentos más valiosos que han permitido conocer los intentos del hombre por conocer el significado de los sueños, es el papiro egipcio Chester Beatty # 3 de la XII dinastía ( 2000 - 1790 A.C.) y que se localiza en el Museo Británico.

Este documento que consta de más de 200 sueños, trae una descripción -- del acto de soñar, un comentario acerca del sueño en términos de bueno y malo, el significado y su mensaje para el futuro.

Este documento es el más antiguo que se ha podido encontrar y revela la importancia que para el egipcio poseían los sueños.

Otro documento que atestigua de la preocupación del hombre por conocer el significado de los sueños son las tablillas hechas en barro, encontradas en Nínive y que pertenecieron a la biblioteca real del Emperador Sirio Assurbanipal ( de 669 a 626 A.C.).

Estas tablillas además de contener una interpretación de los sueños con la predicción futura del significado, incluyen también rituales para -- protegerse de los malos sueños y atraer los buenos, los cuales al ser -- agradables auguraban un buen futuro.

Los griegos, los romanos y los judíos fueron los herederos de las concepciones animísticas del hombre primitivo, así como los métodos de interpretación egipcio y asirio, y esto es comprobable a través de los escritos que en la actualidad se conservan de estas tres culturas.

En la antigua Grecia, uno de los autores que prestaron especial atención a los sueños fué Demócrito ( 460-370 A.C.), quien pensó que los sueños -- eran causados por otros cuerpos, mentes o almas, que se introducían en-



el cuerpo del que soñaba a través de los pros abiertos y le revelaban --- el futuro así como las pasiones de los demás.

Otro autor, conocido ampliamente por su libro " Vidas Paralelas ", Plutarco, se preguntaba: ¿ Por qué son los sueños de otoño menos confiables que en cualquiera otra época del año? y él mismo se contestaba: una posibilidad fué la que propuso Aristóteles, que comiendo las frutas de otoño, se produce una indigestión en el individuo, lo que interrumpe las labores -- del alma para predecir.

Entre los judíos, la interpretación de los sueños, era considerada como-- una actividad muy respetada. En el tiempo de Jesucristo se calcula que - existían 24 intérpretes, de acuerdo al libro sagrado: El Talmud.

Con el advenimiento de la doctrina cristiana, los sueños tomaron un matiz de revelación así como de confirmación de la fé.

Desde el tiempo de Demócrito hasta la era cristiana, existieron 26 libros de sueños con casi la misma configuración que los papiros egipcios, des-- graciadamente todos ellos se perdieron, y sólo nos queda referencia de -- ellos en el único que se ha conservado y el cual lleva como título: La -- Oneirocrítica ( del griego oneiros--sueño ), del escritor Artimedorus, que vivió en el siglo II D.C., bajo el reinado del emperador Antoninus Pius.

Este libro está dedicado a la interpretación de los sueños y a las características que debía poseer el buen intérprete, que más tarde correspondería a su hijo. En el manuscrito le aconseja: trata de dar las causas de - lo que sucede, el uso de la lógica permitirá una explicación más convin-- cente sobre el significado del sueño.

La influencia que tuvo Artimedorus sobre los futuros investigadores fué - determinante, ya que en su libro aparte de la belleza literaria se puede-- observar la fineza y sensibilidad para entender el lenguaje de los sueños.

En los siglos subsecuentes, la interpretación de los sueños, fué conside-- rada como parte de las ciencias ocultas y eran los brujos o hechiceras --

los encargados de decifrar los oscuros contenidos. Para ese entonces ---- había aparecido, la Santa Inquisición, la cual con un celo exagerado trataba de mantener la pureza de las costumbres y todo aquello que pareciese oscuro o simplemente no común era reprendido. Se ha mencionado que uno de los tormentos que se utilizaban era la privación del sueño. En la actualidad con las investigaciones que se han llevado a cabo con sujetos a los cuales se les ha mantenido en estado de vigilia, se ha descubierto que se presentan brotes psicóticos o simplemente alucinaciones. Así pues a los individuos que se martirizaba por dedicarse a actividades " diabólicas " se les agudizaba su enfermedad ( la mayoría de los enjuiciados parece -- que eran enfermos mentales ) o morían enjuiciados y comprobando que realmente estaban poseídos por el demonio ya que hablaban de alucinaciones terribles.

La interpretación de los sueños tuvo que declararse como una actividad -- ilegal y con consecuencias muy desagradables para quien desease ejercerla.

En tiempos más recientes existieron algunas teorías, y que aún en la actualidad persisten, que han tratado de explicar la razón de los sueños, - algunas de ellas fueron producto de la mentalidad del lego y otras de investigaciones más concienzudas y que fueron llevadas a cabo por filósofos.

#### La teoría fisiológica o la cena exagerada.

Hay muchos individuos que creen firmemente que los sueños son causados -- por indigestión o algún otro disturbio corporal, ya que se piensa que la indigestión puede afectar la circulación de la sangre y concentrarla en algunas partes del organismo, que no son precisamente en el cerebro, y es to probablemente diera como resultado el sueño.

A esta teoría se le ha criticado que si bien nos dice el ¿ por qué deja -- fueran el qué ? de los sueños. Se ha comprobado en individuos que han ingerido cantidades exageradas de alimentos, que sus sueños varían no obstante que los alimentos hayan sido los mismos.



Otra teoría fisiológica es aquella que indica que la alucinación así como los sueños son producto de una irritación de ciertas células del cerebro y el contenido informativo que posee cada una de ellas se manifiesta a través del sueño. De acuerdo con esta teoría el sueño es puramente accidental, depende, de la irritación específica que se presenta en el cerebro y no posee ningún significado psicológico.

Han surgido una serie de objeciones a esta teoría tales como: ¿ por qué -- son estimuladas determinadas células del cerebro y no otras ? Esto quizá pueda ser explicado, si se asume que son aquellas células del cerebro que ya se encuentran previamente en un estado de excitación emocional y que a la menor presión se volverán conscientes. Si este es el caso no es puramente un accidente, sino que estará determinado por la energía potencial contenida en ciertas células en estado de tensión y que esto es producto de alguna experiencia reprimida. Esto no obstante de, tener alguna validez, trae como resultado la inclusión del término represión, que es tratado con más detalle en la teoría de Sigmund Freud.

Otra idea que está muy generalizada en la causa de Los sueños, es la que considera que este fenómeno es producto de una estimulación externa. A esta teoría cabe la pregunta: ¿ qué hace a ciertos estímulos hacerse presentes en nuestros sueños en determinado momento y a otros que pueden tener la misma o más intensidad pasar desapercibidos? La contestación que se ha presentado es la que señala que los estímulos que se captan están relacionados con algún problema o tensión emocional y que al asociarse producen el sueño.

Otra teoría indica que los estímulos internos y las irregularidades morbosas del organismo, son las causas del sueño y que muchas veces son mensajes que se envían a la vida consciente y son manifestaciones de traumatismos o enfermedades latentes que están molestando el funcionamiento regular del organismo.

#### La teoría de la Reminiscencia Personal.

La idea de esta teoría es creer que lo soñado es lo sucedido el día anterior o años de nuestra infancia; que los sueños son reproducciones fieles-

de eventos que nos han ocurrido. Sin embargo algunos investigadores se han preguntado si esto es cierto, ya que hay datos que indican que los sueños no son exactamente una reproducción del pasado y muchos de ellos son imágenes que no tienen una conexión directa con la realidad.

Como ejemplo de ello, se puede mencionar los sueños de los niños y en los que se aparecen monstruos que no son más que fantasías nacidas de sus temores internos.

También cabe la pregunta: ¿cuál es el motivo de que se recuerde un tipo de experiencia y no otro? Se ha contestado que es el contenido afectivo de dicha memoria lo que determinará su aparición en la conciencia. Pero -- queda un tanto incompleta esta respuesta, ya que deja a un lado la subjetividad emotiva en la percepción de las cosas y esto en último de los casos es lo que nuestro aparato mental archiva y registra, por tanto no es una reproducción fiel de los eventos que nos han acontecido.

#### La teoría de la Reminiscencia Ancestral.

Hay quienes aseguran que los sueños no son más que recuerdos de épocas anteriores o raciales y que cuando se presentan están haciendo patente una realidad que se ha vivido en otras generaciones. Es la teoría que ve a la humanidad como un continuo y que se pueden recordar unas experiencias del siglo pasado así, como el principio de la historia del hombre, y los sucesos que lo traumatizaron al empezar su devenir; ejemplo: los sueños que representan desprendimientos o caídas, no son más que reminiscencias que se asocian con la caída del hombre, en estado simiesco de las ramas en las que habitaba. En el caso de las pesadillas claustrofóbicas, se interpreta como la experiencia vivida con mucha angustia y desesperación en el vientre materno y que la mayoría de los seres humanos han experimentado.

#### La Teoría Premonitoria.

Si nos remontamos a unos cuantos siglos antes de Cristo, podemos hallar -- sin esforzarnos mucho, una cantidad increíble de adivinos, que a través de

nuestros sueños nos revelarán el futuro, esta idea ha subsistido y aún en la actualidad es posible encontrar personas que creen en ella. Los sueños que representan una boda, un entierro, un nacimiento, etc., son signos inconfundibles de sucesos que van a ocurrirle a quien los ha soñado.

Esta teoría desde un punto de vista psicológico, podría significar de alguna forma, advertencias preconscientes de lo que le va a suceder a un individuo. Ejemplo: una persona que ha entrado en tratamiento psicoterapéutico sueña que en los próximos meses va a chocar o su rendimiento de trabajo va a llegar a tal punto que lo van a cesar. La explicación premonitoria puede ser aquella en donde las resistencias ya estén adelantando un hecho que probablemente pueda ocurrir debido al mismo proceso psicoterapéutico.

#### Punto de Vista Filosófico.

El fenómeno de los sueños ha llamado la atención de muchos filósofos y pensadores, pero lo que más les ha interesado es :

1. El material con el que los sueños están hechos.
2. Las formas en que se presentan.
3. Sus causas.
4. Su función psicológica o biológica.

El filósofo Herbart concibió a los sueños la categoría de fuerzas y elaboró la doctrina en la cual explica que cada idea trata de surgir a la vida consciente y existe una batalla entre todas ellas. Esto incluye el concepto de represión, concepto que más tarde sería elaborado con más amplitud por Freud; las ideas que no han surgido se recluyen en lo más hondo del inconsciente en donde se cargarán de energía y se organizarán, para empezar la lucha con nuevos bríos. Las ideas de este pensador, tuvieron mucha influencia en el siglo XIX y se supone que fueron sus ideas las que influyeron directamente sobre la interpretación de los sueños de Freud. Así también existe la creencia que las ideas de Henry Bergson, cuyas teorías sobre los sueños fueron las más coherentes en el siglo XIX, tuvieron una gran influencia sobre Freud.

Bergson creía que cada sueño poseía alguna reminiscencia actual y esta era la esencia del sueño así como su provocador. Esta sensación actual, no obs-



tante, en Bergson es vaga e indeterminada, pero dicha impresión constituía el material básico de los sueños, los cuales según este autor no se podrían producir solos.

Bergson también creía que cada memoria era indestructible y que toda la vida pasada del individuo era preservada en su memoria, hasta los detalles -- más insignificantes. Lo importante de estas memorias, era su fuerza ( aquí sigue las ideas de Herbart ), que trataban de salir a la vida consciente a través del sueño y que durante la vigilia eran reprimidas por los mismos intereses de este estado y que en el dormir estos intereses, desaparecían dejando abierto el campo para la lucha de los recuerdos. El dormir representaba abrir la puerta del inconsciente hacia la conciencia y que las ideas que se manifestaban en el sueño eran aquellas que estaban combinadas con alguna influencia recientemente vivida.

Este era el panorama que se observaba antes de la llegada de las teorías de Sigmund Freud, las cuales causaron muy fuerte impacto en los medios intelectuales así como un profundo escepticismo, ya que su obra desde que se publicó a principios de este siglo ha sido motivo o de críticas exageradas o de cumplidos muy subjetivos.

Lo importante que se le debe reconocer a Freud es el de haber facilitado un instrumento que bueno o inadecuado, amplió los horizontes en la comprensión del comportamiento humano y abrió nuevas rutas para la comprensión del fenómeno que se denomina SUEÑO.

### CAPITULO III

#### LA INTERPRETACION DE LOS SUEÑOS SEGUN S. FREUD.

Es sin lugar a dudas Sigmund Freud el que ubicó la interpretación de los -- sueños en un lugar dentro de la " Psicología Científica ". Los anteriores -- intentos de entender el significado de los sueños habían sido muy diversos; desde el mago y hechicero que veía en ellos un augurio en el porvenir hasta el fisiólogo que otorgaba al proceso onírico un valor meramente biológico y

sin ningún significado extra.

Es a Freud a quien se le debe de reconocer, como el iniciador más serio sobre esta área y como uno de los primeros que concedió a los sueños un valor psíquico y de inmensa importancia para el proceso psicoterapéutico. El interés de Freud fué atraído por los sueños de sus pacientes y en tiempo -- breve, después de observar los mismos síntomas paciente tras paciente, reconoció su valor para el estudio de las tendencias reprimidas. Su trabajo clínico había empezado con la hipnósis y observó la similitud entre los estados de sonambulismo y el dormir. El punto básico acerca de los sueños, según Freud, es que su función es ayudar en lugar de interrumpir el dormir y el proteger al individuo de ser despertado por estímulos internos.

El mundo externo desaparece ante nuestros ojos y estamos separados de él en el dormir; pero el mundo interno del individuo está presente y no se puede uno proteger de tales estímulos internos como una vejiga llena, un estómago vacío, deseos no satisfechos, frustraciones, culpa o preocupaciones. Así -- los sueños permiten que se prolongue el dormir, permitiendo al individuo -- "descansar" de la conciencia, aún así poseen la misma característica de -- mantener el dormir y el buen estado del durmiente.

#### Los Sueños como Satisfactores de Necesidades Físicas.

La función de los sueños puede ser muy bien ilustrada en este tipo de satisfacción fisiológica, de orden muy simple como lo es el hambre o la sed. El individuo se sueña comiendo o bebiendo esas alucinaciones logran una gratificación temporal.

El mismo principio dinámico, opera en los sueños de los niños pequeños en -- donde el sueño se convierte en gratificador de las fantasías del niño, las cuales no han sido satisfechas en la vida real.

Esta explicación del significado de los sueños, es parte de la teoría general de Freud sobre la interpretación, pero aparece como la más elemental y rudimentaria. En los adultos el mecanismo no opera en la misma forma. La mayoría de los sueños aparecen sin una estructura, sentido o relación con las



necesidades no satisfechas. Muchas veces no sólo no tienen relación sino -- que producen angustia en el individuo.

Para Freud todos los sueños tienen un significado y la aparente incongruencia en ellos puede ser explicado psicológicamente.

La razón por la cual los sueños de los adultos no aparezcan claros, en comparación a la de los niños, se debe a que la mayoría de los deseos en los - adultos son frustrados no tanto por el mundo externo sino por los obstáculos internos. El deseo, por ejemplo, de lastimar a alguien que nos cae mal no - se puede expresar simplemente soñando que se le desea herir; pues una representación directa en nuestro sueño de este deseo, produciría en el soñador - conflictos muy severos de temor a culpa. En este caso el sueño se manifestará a través de simbolismos que pueden ser totalmente diferentes al conflicto de hostilidad que se tenga; pero que permite al soñador evitar conflictos internos y a la vez la satisfacción de la necesidad de hostilidad.

Freud hace una diferencia entre el contenido manifiesto del sueño, que es - la trama como la presenta el soñador y el contenido latente, que está oculto por su naturaleza inaceptable.

El trabajo del sueño es el resultado de la censura del super-ego que no permite que los deseos sean expresados directamente. El proceso de interpretación consistirá en penetrar a través de la censura y entender el significado real. Freud, para ello inventó la técnica de libre asociación en la que el soñador evoca libremente los diferentes elementos del sueño y en esa forma se espera que el contenido latente sea develado. Así, cuando cada uno de los elementos han sido conocidos, es posible entender y obtener un significado general, que sólo podrá tener sentido para el durmiente y le permitirá hechar luz sobre sus procesos inconscientes.

Debe quedar claro que el proceso de interpretación de los sueños es largo y requiere gran habilidad y entrenamiento por parte del psicoterapeuta, ya -- que una interpretación aislada de un sueño no tiene sentido ya que una buena interpretación es aquella que no sólo toma un fragmento de la personalidad del soñador sino que se debe integrar a este, nuevos elementos, asimismo

las hipótesis que se tienen del estado emocional del paciente durante todo el período anterior de terapia y que es otro elemento decisivo para comprobar si una interpretación es adecuada o no, así también si se adecua a su pasado.

Una interpretación sólo es factible darla cuando se ha tratado al soñador con anterioridad en el proceso psicoanalítico y en donde el psicoterapeuta conoce íntimamente la vida emocional del soñador.

En sus primeros escritos Freud encontró que ciertos elementos en los sueños no poseían ninguna asociación y señaló que esos símbolos eran comunes a la humanidad. Estos símbolos comunes incluían aspectos como: familiar, sus miembros, nacimiento, actos sexuales, órganos y muerte. El padre por ejemplo era representado por el totem o algún animal poderoso.

La madre representada como la tierra, el agua y todo aquello asociado con la fecundidad.

El acto sexual, que va rodeado por un ambiente de tabú es usualmente encontrado en diferentes símbolos dentro del sueño.

Para Freud los simbolismos muy abstractos deben ser entendidos en formas muy concretas, siguiendo la naturaleza de un discurso. En sueños por ejemplo en que se desea escalar los estratos sociales, pueden ser simbolizados como el subir una escalera o una montaña.

El temor a perder la seguridad podrá expresarse como una salida desde lo alto.

#### Mecanismos de los Sueños - Condensación.

Este mecanismo consiste en fundir elementos latentes que poseen en común - denominador en una idea o escena.

#### Referencia:

En algunos sueños que aparecen como sencillos una referencia sin importancia expresa un significado. En lugar de el todo sólo se manifiestan fragmentos o alusiones. A esto Freud lo denominó "partum pro toto".

### La Secuencia Temporal Reemplazando la Causalidad.

Los eventos que ocurren sucesivamente en un sueño podrán indicar una relación causal entre ellos. Aquí se revela como los sueños son una forma de pensamiento primitivo. La representación de opuestos. Es común que en los sueños una persona o acto se oculte en un opuesto. La representación es -- análoga a la sobre compensación.

El proceso de los sueños y su forma de expresión es en general muy primitivo. Se ha señalado que las abstracciones son expresadas por figuras concretas. La lógica de la mente es frecuentemente reemplazada por lo que se conoce como la lógica de las emociones.

Freud insistió que los elementos lógicos más rudimentarios tales como el que una cosa pueda estar en dos lugares son raros en la lógica de los sueños. El soñador podrá aparecer en dos lugares distintos y con formas diferentes. La personificación de deseos y tendencias como seres vivientes son análogos a la forma de pensamiento primitivo en las culturas ancestrales.

### Dinámica de los Sueños.

Los sueños no son más que el resultado de dos fuerzas opuestas: el deseo de expresar un deseo o reducir una tensión y la tendencia opuesta de rechazar este deseo. Un análisis del sueño revela como el deseo reprimido trata de colarse y salir pero encuentra oposición y produce ansiedad pero trata de evadir estos obstáculos a través de modificaciones en la forma de expresión; pero aún así encuentra obstáculos, que no le intimidan a buscar una salida sea la que sea.

Existen numerosos métodos de evasión e los sueños; de simples ocultamientos, hasta compromisos complejos con las fuerzas represivas.

Cuando se oculta demasiado el deseo como concesión a las fuerzas represivas se pierde mucha de la gratificación y si se expresa abiertamente una nueva forma de ocultamiento se hace necesaria, pues de lo contrario los sentimientos de culpa se harán presentes.



Cada sueño deberá ser considerado como un intento de gratificar deseos consistentemente con las pautas internas y las condiciones externas. A esto se le denomina la función de resolución de problemas de los sueños.

El proceso por el cual se resuelven problemas en los sueños es idéntico al que se efectúa en la vigilia y se le denomina: intuición.

#### Los Sueños con un Contenido Displacentero:

Aparentemente este tipo de sueños no cuadra en la teoría de la gratificación de deseos. Sin embargo se debe recordar que un sueño es un intento para aliviar la tensión causada por la represión y que muchas veces el trabajo del sueño no es exitoso en ocultar su contenido. O sea que un sueño no ha sido ocultado con la suficiente habilidad o con el mecanismo adecuado, lo que produce en el soñador un terror y lo hace despertar. La fuerza del deseo puede haber sido tan grande que las fuerzas inhibitorias no pudiendo resistir y controlar levantan al sujeto.

En los sueños con un contenido desagradable el soñador satisface los deseos de su conciencia culpable imaginando algún tipo de castigo. El propósito del sueño, en este caso, es el proteger al individuo del castigo real. En el sueño esto es reducido a un mínimo de intensidad. El propio castigo que se puede presentar en el inconsciente sería usualmente castración, temor y sus derivados, que son cambiados por expresiones terroríficas menos amenazantes. De esta manera aunque el sueño es displacentero permite de alguna forma descansar al individuo. Si el castigo es insuficiente y no ha sido ocultado adecuadamente, el individuo se despertará aterrado.

Es obvio que los sueños aterradores poseen la misma dinámica que los de gratificación de deseos. En este último un deseo que disturba el sueño es reducido a una satisfacción imaginaria. Si el sueño producido está prohibido por la conciencia la satisfacción es obtenida a través de la transformación y ocultamiento. Si el deseo se obstaculiza exteriormente se expresa directamente en el sueño.

Un sueño de angustia o de castigo es causado por una conciencia culpable, el alivio sólo puede ser dado a través del sufrimiento.

### La Interpretación de los Sueños en la Terapia Psicoanalítica.

Toda la terapia está basada en la expresión de ideas, o deseos reprimidos y sólo en esta forma se podrá lograr la reintegración del individuo.

Los sueños expresan interna o externamente los deseos frustrados del paciente es así que cualquier tratamiento que movilice material reprimido - estimulará los sueños y por tanto un mayor conocimiento de la realidad íntima del sujeto. Para Freud es importante el primer sueño del paciente, - ya que por lo general revela al conflicto en que se encuentra, facilitando la estrategia que se deberá seguir y siendo un material indispensable para futuras interpretaciones. Parte de la terapia usualmente consiste en una especie de diálogo entre el analista y el inconsciente del paciente y el lenguaje entre ellos en gran parte se efectúa a través de los sueños; - si la interpretación de un sueño es aún inaceptable por el ego del paciente, lo más seguro es que responda con otro sueño que rechazará el " Insight " señalado.

La naturaleza de tal rechazo y negación podrá permitir al terapeuta conocer la clase de resistencia que el paciente está utilizando. Así mismo -- los sueños proveen una estimación de la situación psicodinámica en cada fase del tratamiento. Aún más revelan la fuerza del conflicto en el ego y su capacidad para enfrentarse al material reprimido así como el grado de progreso obtenido del tratamiento.

Los sueños no son simples asociaciones, son comunicaciones que de entenderlas pueden facilitar en gran medida el proceso analítico.

La actitud interpretativa hacia los sueños y su utilidad terapéutica deben estar determinadas por el criterio del psicoterapeuta y por el conocimiento del estado mental del soñador. Debe conocer al soñador y sus experiencias pasadas. Deberá conocer también el medio ambiente en que se desenvuelve.

De acuerdo a Freud cada sueño refleja las impresiones de los eventos en la vida del soñador que ocurrieron el día anterior o días previos:

Una forma de utilizar a los sueños como instrumento psicoterapéutico es el tomar en cuenta los eventos que han radiado la vida del paciente y establecer las relaciones adecuadas para que el paciente tome conciencias de ellas.

Los sueños también reflejan en el paciente su conocimiento de la contra---transferencia del terapeuta y la forma en que lo está afectando.

Los sueños también facilitan un acceso directo a las experiencias de la vida infantil del sujeto y esto facilita el proceso en gran escala.

El psicoterapeuta no sólo debe estar familiarizado con estos datos sino -- también en la forma de expresión de sentimiento, pensamientos= y sueños de su paciente, pues frecuentemente se incurre en errores de interpretación -- debido a ello.

Le deberá tomar en consideración la personalidad del paciente y no incu---rrir en el error de generalizar la simbología. Por último se debe tomar en consideración la característica general de los sueños; no lógica, ni tiempo ni espacio, seguirán las reglas de la regresión y la de las operaciones simbólicas y que de acuerdo a esto, un sueño podrá referirse al día ante---rior o a un suceso de hace diez años.

De esta forma en psicoterapia para utilizar el lenguaje de los sueños, es recomendable tener un amplio entrenamiento y conocimiento íntimo de la personalidad del soñador.

#### CAPITULO IV

##### EL USO TERAPEUTICO DE LOS SUEÑOS.

En todo proceso terapéutico es común que los pacientes vayan comentando todas las experiencias que van experimentando durante su tratamiento. Una de estas experiencias y que con frecuencia representa mucho para el paciente,



es la de relatar sus sueños, los cuales y en su mente, creen que revelan un material que de alguna forma deja ver su dinámica interna, y le dan elementos para entender su propia personalidad.

La interpretación que los pacientes hacen sobre sus sueños no dista mucho de la que posiblemente el terapeuta le pueda ofrecer, pero esto va a depender del tipo de terapia en que se encuentra, y qué sistema psicológico está utilizando su terapeuta.

El enfoque que cada una de las terapias dan a este fenómeno difiere generalmente en su forma de apreciarlos, su contenido, el simbolismo de las imágenes, el esquema conceptual en que se da la teoría, su interpretación o su utilidad para el proceso terapéutico, por ejemplo: en las terapias de apoyo los sueños ayudan al terapeuta a percibir con más exactitud las respuestas internas del paciente; sin embargo, el material dado en el mismo sueño --- usualmente no es discutido.

En las terapias reeducativas, los terapeutas que son adecuadamente entrenados pueden utilizar los sueños con el objeto de investigar patrones conductuales que ellos consideren importantes.

En el enfoque reconstructivo, los sueños son constantemente utilizados y -- considerados indispensables para el buen funcionamiento de la terapia.

Existe una diferencia entre clasificar un sueño para elaborar un reporte -- científico y utilizar el contenido onírico como un instrumento terapéutico -- que en alguna forma es una tarea artística o intuitiva.

El enfoque ideal hacia el material de los sueños sería que el trabajo de interpretación fuera llevado en forma conjunta en donde el terapeuta estudiara la interrelación del paciente con él mismo, utilizara el sueño como una forma de comunicación para entender las necesidades, conflictos y defensas que están operando en el paciente, así como facilitara la relación terapéutica. Por parte del paciente que pueda expresar en forma libre el significado personal de cada sueño.

Antes de que este ideal sea alcanzado el paciente requerirá un tipo de ayu-

da que consistirá en motivarlo a recordar, reportar y examinar en forma crítica sus sueños, esto es encauzarlo al uso de los sueños como un instrumento más para la ayuda general que se le está proporcionando.

El paciente deberá entender que los sueños no sólo son un repertorio de actitudes arcaicas sino que también reportan en forma muy objetiva las potencialidades y posibilidades de crecimiento.

Es claro que los sueños poseen un significado personal y que éste es de suma utilidad para el proceso terapéutico. Pero desde el enfoque de la terapia centrada en el cliente ¿ cómo se debe entender este material ?

Para constestar a esta pregunta será necesario entender primero lo que es la terapia centrada en el cliente, sus principios, postulados básicos y sus objetivos.

## CAPITULO V

### ANTECEDENTES Y DESARROLLO DE LA TERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE; LOS SUEÑOS.

Durante el período en que Carl Rogers estuvo ejerciendo en Rochester como psiquiatra se fué dando cuenta de una serie de experiencias terapéuticas que no checaban con su formación interpretativa. Desde entonces empezó a elaborar una teoría que aparentemente daba buenos resultados y a la que en un principio denominó como enfoque no directivo y que más adelante llamó terapia centrada en el cliente.

Carl Ransom Rogers ( 1902 ), recibió el grado de B.A. de la Universidad de Wisconsin en 1924, el MA. y Ph. D. de la Universidad de Columbia en 1928 y 1931 y empezó como psicólogo en el Departamento de Desarrollo Infantil en Rochester, N.Y., de 1928 a 1938. En el año de 1939 el departamento llegó a convertirse en Departamento de Orientación de Rochester. Más adelante ingresó a la Universidad del Estado de Ohio en donde fué profesor de Psicología Clínica de 1940 a 1945. En 1945 empezó como profesor de Psicología y Secretario Ejecutivo del Centro de Counseling de la Universidad de Chicago.

En el año de 1957 dejó esta Universidad e ingresó en la Universidad de -- Wisconsin como profesor de Psicología y Psiquiatría. En el año de 1963 se unió al Instituto Occidental de las Ciencias de la Conducta en "La Jolla", - Cal., como investigador residente.

Las actitudes y convicciones que están presentes en toda su teoría son las siguientes:

- 1). La investigación y las teorías deben estar dirigidas hacia la satisfacción de la necesidad de ordenar las experiencias significativas.
- 2). La ciencia es resultado de una observación aguda, de un pensamiento creativo y cuidadoso que se basa en dicha observación y no simplemente de la investigación de laboratorio que involucra instrumentos o máquinas computadoras.
- 3). La ciencia empieza con observaciones muy gruesas y medidas crudas e hipótesis especulativas y va progresando hacia más refinadas hipótesis y medidas.
- 4). El lenguaje de variables independientes, intercurrentes y dependientes es aplicable a estratos avanzados de la ciencia pero no es adaptable a los estados iniciales del desarrollo de la ciencia.
- 5). En los estados de temprana investigación y de la construcción de una teoría el método hipotético deductivo es más apropiado que el método inductivo.
- 6). Cada teoría tiene un grado mayor o menor de error, la teoría requiere constantes revisiones y cambios.
- 7). La verdad es unitaria, así que cualquier teoría deriva de algún segmento de experiencia. Si fué puede extenderse indefinidamente y probar significativamente alguna otra área de experiencia.
- 8). Aunque pueda existir algo denominado como verdad objetiva, cada hombre vive en su muy personal y subjetivo mundo.



La Teoría de la Personalidad en la Terapia Centrada en el Cliente.

Las proposiciones son las siguientes:

- a). Todo individuo vive en un mundo continuamente cambiante de experiencias de las cuales es el centro.
- b). El organismo reacciona ante el campo tal como lo experimenta y lo percibe. Este campo perceptual es, para el individuo, la realidad.
- c). El organismo reacciona como una totalidad organizada ante su campo fenomenico.
- d). El organismo tiene una tendencia o impulso básico a actualizar, mantener y desarrollar al organismo experienciante.
- e). La conducta es básicamente el esfuerzo intencional del organismo para satisfacer sus necesidades tal como las experimenta, en el campo tal como las percibe.
- f). La emoción acompaña y en general facilita esta conducta intencional; el tipo de emoción está relacionado con los aspectos de búsqueda versus los aspectos consumatorios de la conducta y la intensidad de la emoción con la significación percibida de la conducta para la preservación y el desarrollo del individuo.
- g). El mejor punto de vista para comprender la conducta es desde el propio marco de referencia del individuo.
- h). Una parte del campo perceptual total se diferencia gradualmente constituyendo el sí mismo ( self ).
- i). Como resultado de la interacción con el ambiente y particularmente -- como resultado de la interacción valorativa con los demás, se forma la estructura del sí mismo: una pauta conceptual organizada fluida -- pero congruente, de percepciones de las características y relaciones del " yo " o del " mí " conjuntamente con los valores a estos conceptos.

- j). Los valores ligados a las experiencias, y, los valores que son parte de la propia estructura, en algunos casos son valores experimentados directamente por el organismo y en otros son valores introyectados - o recibidos de otros, pero percibidos, de una manera distorsionada, - como si hubieran sido experimentados directamente.
- k). A medida que se producen experiencias en la vida del individuo estas son:
- 1). Simbolizadas, percibidas y organizadas en cierta relación con el sí mismo.
  - 2). Ignoradas porque no se percibe ninguna relación con la estructura del sí mismo.
  - 3). Se les niega la simbolización o se las simboliza distorsionada mente porque la experiencia no es compatible con la estructura del sí mismo.
- l). La mayoría de las modalidades de conducta que el organismo adopta - son compatibles con el concepto de sí mismo.
- m). La conducta puede surgir, en algunos casos, a partir de experiencias y necesidades orgánicas que no han sido simbolizadas. Tal conducta = puede ser incompatible con la estructura del sí mismo, pero en esos casos el individuo no es dueño de sí.
- n). La inadaptación psicológica se produce cuando el organismo rechaza - de la conciencia experiencias sensoriales y viscerales significati--vas, que en consecuencia no son simbolizadas y organizadas en la totalidad de la estructura de su sí mismo. Cuando se produce esta situa--ción hay una tensión psicológica básica o potencial.
- o). La adaptación psicológica existe cuando el concepto de sí mismo es tal que todas las experiencias sensoriales y viscerales del organismo --son, o pueden ser, asimiladas en un nivel simbólico en relación com--patible con el concepto que tiene de sí.

- p). Cualquier experiencia incompatible con la organización o estructura de la persona puede ser percibida como una amenaza y cuanto más numerosas sean estas percepciones, más rígidamente se organizará la estructura de la persona para preservarse.
- q). En ciertas condiciones, que implican principalmente una ausencia total de amenazas para la estructura del sí mismo, se puede percibir y examinar experiencias incompatibles y se puede revisar la estructura del sí mismo para asimilar e incluir tales experiencias.
- r). Cuando el individuo percibe y acepta un sistema compatible e integrado con todas sus experiencias sensoriales y viscerales, necesariamente comprende más a los demás y los acepta como personas diferenciadas.
- s). A medida que él percibe y acepta más experiencias orgánicas en la estructura del sí mismo, encuentra que está reemplazando su actual sistema de valores - basados en gran medida en introyecciones simbolizadas de manera distorsionada - por un proceso continuo de evaluación orgánica.

#### El Proceso Terapéutico.

Este implica: un soltar los sentimientos, un cambio en la manera de experimentar, un cambio de la incongruencia a la congruencia, un cambio en la manera de comunicarse en un clima receptivo, un soltar los mapas cognitivos de experiencia, un cambio en la relación del individuo con sus problemas, un cambio en la manera de relacionarse del individuo.

#### Elementos Para la Modificación de Personalidad.

Para que este cambio se produzca son necesarios los elementos que se mencionarán, pero con la salvedad que se den durante un período de tiempo:

- 1). Que dos personas, o más, estén en contacto psicológico.
- 2). La primera a la cual se le denominará cliente está en estado de incongruencia sintiéndose vulnerable o ansiosa.
- 3). La segunda persona, a la cual denominaremos terapeuta, es congruente



e integrado.

- 4). El terapeuta experimenta una apreciación positiva por su cliente.
- 5). El terapeuta experimenta un entendimiento empático del marco de referencia interno del cliente y de los esfuerzos que éste hace por comunicarse.
- 6). La comunicación al cliente de la actitud del terapeuta de aceptación y de apoyo incondicional es en pequeño grado alcanzada. De acuerdo con todo el material que se ha presentado con anterioridad y que en sí no es la teoría general de Rogers sino un ligero bosquejo que nos permitirá entender cual es la posición de la terapia centrada en el cliente frente a la interpretación de los sueños, podemos señalar lo siguiente:

Ante todo la experiencia del sueño deberá ser entendida como personal y -- que corresponde al marco conceptual del cliente.

Se deberá tener respeto por la forma en que el cliente percibe esta experiencia.

De acuerdo con Patterson, los sueños están tan sueltos que es difícil hacer un reporte de ellos. No es el contenido lo que es realmente importante sino la construcción dispersa lo que se puede utilizar, así como que el -- cliente pueda verbalizarlos.

La interpretación consiste en clarificar sentimientos. La interpretación -- no se deberá hacer inmediatamente, pero se deberá hacer cuando el counselor tenga en mente el efectuar un cambio o deseos de clarificar algo. Los sueños son usualmente preverbales en su naturaleza y pueden arrojar luz sobre las construcciones preverbales. También están relacionados en forma de -- opuestos y se deberá observar que los elementos que se dan en el sueño representan de alguna forma polos sumergidos de contraste.

La teoría de Rogers no hace mención específica de cómo deben ser tratados -- o manejados los sueños ya que su misma construcción fenoménica limita el -- tener que remontarse hacia el momento del sueño. Los entiende como las vi-

vencías que se están dando en ese momento y las emociones que están relacionadas, con los mismos.

Para Rogers no hay interpretación en los términos psicoanalíticos pero si la existe en la forma de captar el sentimiento implícito. También entiende los sueños como elementos dinámicos que reflejan la forma de auto-percepción del sí mismo.

Cada elemento del sueño deberá ser entendido como parte del todo y con un significado particular para cada individuo.

El sueño puede ser entendido también como una forma en que se va a manifestar la forma en que se está experimentando la relación para el counselor, pero con el matiz emocional derivado del momento en que se está dando.

#### CONCLUSIONES:

como se apreciará la interpretación de los sueños es una tarea muy difícil de llevar a cabo, pero si cada uno de los terapeutas que tratan de efectuarla, toma en cuenta el marco conceptual del sistema en que ha elegido libremente y lo estudia con asiduidad y toma concienzudamente su deber de ayudar a los pacientes, la interpretación de los sueños puede ser un instrumento valioso para el proceso terapéutico. Sin embargo, es importante mencionar que lo más importante no es el instrumento sino el bienestar del cliente.

CIUDAD UNIVERSITARIA.

México, 1970.

Leopoldo Villela Segura.



*Exposición de la obra de Sigmund Freud*  
*1954*

BIBLIOGRAFIA

- Alexander Franz: "Fundamentals of Psychoanalysis", New York: W.W. Norton & Company, Inc. 1963-1948.
- Diamond Edwin: "The Science of Dreams", New York: Doubleday Books, Inc. 1962.
- Freud Sigmund: "La Interpretación de los Sueños", Buenos Aires: Editorial Americana, 1943.
- Fromm Reichman: "Principes of Intensive Psychotherapy", Chicago: The University of Chicago Press, 1950.
- Hadfield J.A. : "Dreams & Nightmares", Londres: Pinguin Books, 1954.
- Gay Gaer & Segal Julius: "El Sueño, México: Siglo Veintiuno Ed., 1967.
- Moolman Valerie: "The Meaning of your Dreams", New York: Pocket Books, 1970.
- Patterson C.H. "Theories of Counseling & Psychotherapy", New York: Harper & Row, 1966.
- Patterson C.H. "Counseling & Psychotherapy", New York: Harper & Row, 1959.
- Rogers Carl; "Psicoterapia Centrada en el Cliente-", Buenos Aires: Ed. Paidós, 1966.
- Wolberg Lewis: "The Thecnique of Psychotherapy", Chicago: Grunne & Stratonn, 1954.