



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISIÓN DE ESTUDIOS Y POSGRADO**

**LA IMPORTANCIA DEL PRIMER SUEÑO EN PSICOTERAPIA
PARA EL DIAGNÓSTICO Y LA INTERVENCIÓN.**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN
PSICOLOGÍA CLÍNICA.**

PRESENTA:

JORGE ALFONSO VALENZUELA VALLEJO

DIRECTOR DEL REPORTE

DR. JORGE R. PÉREZ ESPINOZA

COMITÉ DE TESIS:

DRA. AMADA AMPUDIA RUEDA

MTRA. ANGELINA GUERRERO LUNA

MTRO. SOTERO MORENO CAMACHO

MTRO. MANUEL GONZÁLEZ OSCOY



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

LA IMPORTANCIA DEL PRIMER SUEÑO EN PSICOTERAPIA PARA EL DIAGNÓSTICO Y LA INTERVENCIÓN

INDICE

RESUMEN	1
INTRODUCCIÓN	3
CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO	6
1.1. Una breve historia de la interpretación de los sueños.....	6
1.2. La interpretación no psicológica de los sueños.....	6
1.3. La interpretación psicológica de los sueños.....	7
1.4. Fisiología del sueño.....	11
1.5. Freud y la interpretación de los sueños.....	12
1.6. Jung y la interpretación de los sueños.....	17
1.7. Fromm y la comprensión de los sueños.....	22
1.8. La importancia del primer sueño en psicoterapia.....	26
1.9. Principales consideraciones para la comprensión del primer sueño en psicoterapia.....	27
CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA	35
2.1. Objetivo.....	35
2.2. Tipo de estudio.....	35
2.3. Método cualitativo.....	35
2.4. Participante.....	38
2.5. Escenario.....	38
2.6. Diseño.....	38
2.7. Forma de demanda.....	38
2.8. Encuadre.....	39
2.9. Número de sesiones.....	39

CAPÍTULO 3. PRESENTACIÓN DEL CASO.....	40
3.1. Ficha de identificación.....	40
3.2. Motivo de consulta.....	40
3.3. Historia familiar.....	40
3.4. Impresión diagnóstica.....	43
3.5. Tratamiento.....	44
CAPÍTULO 4. COMPRENSIÓN DEL PRIMER SUEÑO.....	45
4.1. Relato del primer sueño en psicoterapia del paciente.....	45
4.2. Abordaje inicial del sueño manifiesto; un principio de comprensión.....	45
4.3. La comprensión del sueño y sus implicaciones en el diagnóstico y la intervención.....	47
CAPÍTULO 5. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.....	55
CAPÍTULO 6. CONCLUSIONES.....	59
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	62

AGRADECIMIENTOS:

A la UNAM mi alma mater, por darme la oportunidad de superarme en mi desarrollo personal y profesional.

A mis profesores de la maestría quienes compartieron su valiosa experiencia y conocimientos, en especial al Dr. Octavio de la Fuente Escobar, el Dr. Jorge Silva García, Dr. Enrique Guarner y el Dr. Juan José Sánchez Sosa.

A mi tutor el Dr. Jorge R. Pérez Espinoza por su apoyo y trato respetuoso dándome el apoyo para concluir este trabajo.

Al comité de tesis, Dra. Amada Ampudia Rueda, Mtra Angelina Guerrero Luna, Mtro. Sotero Moreno Camacho, Mtro. Manuel González Osoy por sus importantes enseñanzas y apoyo en la realización del trabajo.

A los pacientes, por lo que he aprendido de todos y cada uno de ellos, a través de su vida y sueños que me compartieron.

DEDICO ESTE TRABAJO A:

Claudia mi compañera de viaje y maestra de vida con quien he compartido momentos muy especiales de mi vida.

Emiliano mi hijo, quien con su alegría de vivir me hace soñar despierto al ser un motivo de superación y felicidad.

Mis padres Genoveva y Jorge quienes han sido mis primeros maestros de vida y quienes me dieron la oportunidad de estar vivo.

Mis hermanas Cecilia, Eugenia, Marisol y Lourdes por todo lo que hemos compartido pese a todas las adversidades al recorrer juntos la infancia, adolescencia y ahora la adultez.

Mis amigos Roberto Mancilla, Laura Laguna, su esposo Jorge, Lupita Medina y Graciela Aguilera quienes han sido compañeros y maestros de vida compartiendo aventuras y desventuras.

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo exponer y fundamentar la importancia del primer sueño del paciente en psicoterapia para el diagnóstico y la intervención, a través de la presentación del análisis de un estudio de caso, en el cual pude integrar mi práctica profesional con los conocimientos teóricos adquiridos en la Maestría en Psicología Clínica cursada en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Se utilizó un método cualitativo de un estudio de un solo caso, en donde se tomó el primer sueño en psicoterapia del proceso psicoterapéutico de un paciente masculino de 25 años.

El marco teórico aborda una breve historia de la interpretación de los sueños, una reseña de las principales aportaciones teóricas de Sigmund Freud, Carl Gustav Jung y Erich Fromm en la interpretación y comprensión de los sueños, así como la importancia del primer sueño en psicoterapia para el diagnóstico y la intervención.

Con la ayuda del análisis y comprensión del primer sueño pude profundizar en la conflictiva central del paciente logrando importantes avances en el proceso psicoterapéutico.

Se exponen las principales aportaciones y ventajas de la comprensión del primer sueño de un paciente en el diagnóstico y la intervención, así como para desarrollar las habilidades necesarias para una mejor práctica profesional.

Palabras clave: primer sueño, psicoterapia, diagnóstico, intervención.

ABSTRACT

The present work aims to expose and document the importance the patients first dream in psychotherapy, for the diagnosis and intervention through the analysis presentation about this case study; in which I could integrate my professional practice with the theoretical knowledges I acquired in my Clinical Psychology Master. I studied at the Facultad de Psicología de Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

I used the qualitative method of studying in a single case, where I took the first dream of the Psychotherapeutic process in Psychotherapy of a male patient of 25 years.

The theoretical frame work presents a brief history of the dream interpretation. A summary of Sigmund Freud, Carl Gustav Jung and Erich Fromm in the interpretation and comprehension of dreams and the importance of the first dream, in psychotherapy for the diagnosis and intervention.

With the help of the analysis and comprehension about the first dream I could deepen in the central conflictive of the patient, I got important advances in the psychotherapeutic process.

We showed the main contributions, and benefits of comprehension of the patients first dream in the diagnosis of the intervention for developed the necessary abilities for a better professional practice.

Key Words: First dream, psychotherapy, diagnosis, intervention.

“Quien pretenda comprender la existencia de un ser humano tendrá que demostrar que también sabe comprender sus sueños”

Erich Fromm

INTRODUCCIÓN

El presente Reporte Clínico es resultado de poder integrar mi práctica profesional como terapeuta, con los conocimientos teóricos adquiridos en mi formación a lo largo de la Maestría en Psicología Clínica cursada en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

En la presentación del caso, he integrado algunos temas con los cuales pretendo ampliar los recursos y las habilidades que podemos desarrollar como psicoterapeutas en el diagnóstico e intervención, a través de la comprensión de los sueños del paciente y en especial en este caso con el primer sueño del paciente en psicoterapia.

Los sueños han sido durante toda la historia de la humanidad, objeto de curiosidad, duda, ya que en todas las culturas y civilizaciones, ha resultado enigmático el conocer su significado y su relación con el mundo de la vigilia.

Actualmente se reconoce la naturaleza psicológica de los mismos, y con ello surgen más interrogantes acerca de la relación de los sueños con la vigilia, sus contenidos, sus mecanismos, fuentes de origen etc. Por lo que especialistas de las áreas de la medicina y psicología principalmente, emiten sus criterios respecto a su participación dentro de la actividad psíquica.

Por lo anteriormente mencionado, surge el interés de abordar los temas relacionados con el primer sueño en psicoterapia del paciente, para establecer un

diagnóstico y la intervención, así como desarrollar habilidades necesarias para una mejor práctica profesional.

Destacando el primer sueño como referente nuclear a lo largo del proceso psicoterapéutico para identificar el conflicto central y el descubrimiento de los principales núcleos inconscientes, la personalidad del soñante, su modo de vivir, de relacionarse, los progresos o avances del paciente, así como el devenir de la transferencia y guiar las intervenciones del terapeuta.

Para entender de la mejor manera este trabajo se ha dividido por capítulos, en el primero se abordará una breve historia de la interpretación de los sueños, donde encontramos la interpretación no psicológica de los sueños en la cual se les considera como mensajes de fuerzas exteriores al hombre a diferencia de la interpretación psicológica de los sueños que los conciben como manifestaciones de la misma mente del soñante, posteriormente se revisa la fisiología del sueño y las principales aportaciones a la comprensión de los sueños de Sigmund Freud, Carl Gustav Jung y Erich Fromm, para terminar con la importancia del primer sueño en psicoterapia y las principales consideraciones para su comprensión.

En el segundo capítulo, se desarrolla todo lo referente a la metodología empleada, tipo de estudio, método cualitativo, participante, escenario, diseño, forma de demanda, encuadre y número de sesiones.

El tercer capítulo consiste en la presentación del caso en donde se incluye la ficha de identificación, el motivo de consulta, la historia familiar, la impresión diagnóstica y el tratamiento.

En el cuarto capítulo se desarrolla la comprensión del primer sueño, iniciando con el relato del primer sueño en psicoterapia del paciente, para seguir con el abordaje inicial del sueño manifiesto; un principio de comprensión y finalizando con la comprensión del sueño, sus implicaciones en el diagnóstico y la intervención.

En el quinto capítulo se hace el análisis y discusión, sobre la utilidad, vigencia y pertinencia del trabajo, además de las ventajas del procedimiento junto con algunas reflexiones para terminar con el sexto capítulo exponiendo las conclusiones.

CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO.

1.1 Una breve historia de la interpretación de sueños

La palabra sueño, en español proviene del latín somnus, “acto de dormir”.

Dormir y soñar son mecanismos de supervivencia desarrollados hace millones de años por el cuerpo y el cerebro de los mamíferos superiores. Seguramente cuando nuestra especie apareció como Homo sapiens sapiens, hace aproximadamente 90 mil años, nació el hombre que sueña que sueña.

La historia de la humanidad revela nuestro afán por conocer el mensaje de los sueños, encontrando evidencia de que la vida onírica fue recolectada tan pronto como el hombre adquirió el lenguaje escrito. El primer libro de los sueños es el papiro Chester Beatty, de los antiguos egipcios.

Los documentos que tratan sobre la interpretación de sueños se remontan por lo menos al 3000 a.C. los arqueólogos han descubierto tablillas de barro en Mesopotamia con interpretaciones de sueños inscritas en ellas, probablemente hechas por los sumerios, quienes dominaban Mesopotamia en esa época.

Los libros egipcios de sueños, que datan del 2000 a.C. aproximadamente y también se han descubierto registros antiguos de sueños en la India y China. Los Vedas sagrados de la India fueron escritos entre 1500 y 1000 a.C. antiguamente.

En los pueblos primitivos se creía que los sueños se relacionaba con el mundo de seres sobrehumano de su mitología. Los sueños eran revelaciones divinas o demoníacas.

1.2 La interpretación no psicológica de los sueños

Desde este enfoque se considera a los sueños manifestaciones de hechos “reales” o mensajes de fuerzas exteriores al hombre, entendiendo el significado de

los sueños como verdaderas experiencias del alma desprendida del cuerpo o como voces de espíritus o fantasmas.

La creencia de que los espíritus de los difuntos aparecen en los sueños para exhortarnos, advertirnos otra clase de mensajes es otra forma de expresar la creencia de que los acontecimientos ocurridos en el sueño son verdaderos.

En otros pueblos primitivos y las grandes culturas del este, interpretan los sueños de acuerdo con un sistema de referencia fijo, religioso y moral. Los símbolos poseen un significado preciso, e interpretar un sueño equivale al aplicar esos significados simbólicos fijos.

La interpretación de los sueños del oriente primitivo se fundaba en la presunción de que los sueños eran mensajes enviados a los hombres por los poderes divinos.

También se atribuía a los sueños otra clase de función pronosticadora, sobre todo en las interpretaciones indias y griegas: la de diagnosticar enfermedades. Los griegos poseían 300 templos destinados a la curación por medio del fenómeno onírico, incluyendo en su mitología al Dios Asclepio.

1.3 La interpretación psicológica de los sueños

La interpretación psicológica trata de entender los sueños como manifestaciones de la misma mente del soñante.

Hasta la Edad Media muchos autores separan los sueños entre los que deben ser interpretados como fenómenos religiosos y los que requieren ser entendidos psicológicamente, relacionándose con la personalidad de soñante.

Una de las manifestaciones más antiguas del concepto de que los sueños pueden expresar tanto nuestras fuerzas más irracionales como las más racionales, la encontramos en Homero quien asigna dos puertas a los sueños: la puerta córnea

de la verdad y la ebúrnea del error y la ilusión (refiriéndose a la transparencia del cuerno y la opacidad del marfil).

Ortiz (2000), nos da antecedentes históricos importantes sobre los sueños de cómo:

Hipócrates (460-377 a.C.) enfatizó el aspecto diagnóstico de los sueños y que revelaban el estado psicológico de las personas.

Socrates sostiene, en Fedón, de Platón, el punto de vista de que los sueños representan la voz de la conciencia y que es de suma importancia tomar en serio esa voz y observarla.

Platón, (427-347 a.C.) como Freud, considera a los sueños como expresión de nuestra parte animal irracional siendo únicamente de menor intensidad en las personas que han adquirido un grado máximo de madurez y sabiduría.

Aristóteles (383-322 a.C.) destaca la naturaleza racional de los sueños, porque durante el sueño somos capaces de advertir con más agudeza las sutiles modificaciones corporales y que nos ocupamos de planes y principios de acción que vemos con más claridad que a la luz del día.

En las teorías romanas destaca Lucrecio quien dice que los sueños se ocupan de aquellas cosas que despiertan nuestro interés durante el día, o de necesidades corporales que son satisfechas en el sueño.

Artemidoro en el siglo II tuvo gran influencia en las ideas medievales y realizó la teoría más sistemática en su libro sobre interpretación de sueños y quien llama sueño a una visión interior expresada en lenguaje simbólico y debe entenderse en el contexto de los sucesos.

De la misma época en el Talmud, libro que contiene la sabiduría de generaciones judías, cuenta que el rabi Jisda dejó dicho: “El sueño que no es interpretado, es como una carta que no ha sido leída”. Los autores talmúdicos suponen que ciertos tipos de sueños son pronosticadores.

La interpretación medieval de los sueños, sigue muy de cerca la línea de la antigüedad clásica, un autor del siglo IV, Sinesios de Cirene afirma que los sueños provienen de la capacidad de visión penetrativa, agudizada en el estado de reposo.

Los judíos aristotélicos de los XII y XIII teniendo como representante a Maimónides, dice que los sueños, como las profecías, son debidos a la acción que ejerce la facultad imaginativa durante el sueño.

La interpretación moderna de los sueños (a partir del siglo XVII) es básicamente una variación de las teorías de la antigüedad y de la Edad Media, aunque han hecho apariciones ciertas tendencias nuevas del pensamiento.

Los filósofos del iluminismo eran escépticos con respecto a las pretensiones de que los sueños sean enviados de Dios o sirvan para la adivinación, en relación con esto, Voltaire sostiene que los sueños son manifestaciones producidas por estímulos somáticos y por exceso “de las pasiones del alma” y a menudo hacemos uso, durante el sueño, de nuestras facultades racionales más elevadas.

Goethe destaca que nuestra capacidad racional aumenta durante el sueño.

Emerson reconoce con más claridad que ninguno de sus antecesores la conexión existente entre el carácter se refleja en los sueños y sobre todo aquellos aspectos que no aparecen en nuestra conducta manifiesta y, en nuestros sueños, reconocemos las fuerzas que se ocultan detrás de la conducta y por eso predicen las acciones futuras.

Muchos estudiosos de los sueños comparten el punto de vista de que los sueños participan de nuestras dos características, la racional y la irracional.

La idea de que los sueños podían proporcionar eslabones perdidos, y ayudarnos a resolver problemas y tomar decisiones, no ha estado limitada a culturas antiguas. Incluso René Descartes (1596-1650), el filósofo francés considerado uno de los fundadores de la ciencia moderna, creía en “preparar” a la mente para incubar sueños significativos. Descartes dijo que varias de sus principales teorías se le ocurrieron en sueños, y en su filosofía se esforzó por encontrar una distinción clara entre la experiencia de los sueños y la de la vigilia, concluyendo que “aun cuando estuviera dormido, todo lo que resulta evidente a mi mente es absolutamente cierto”.

Históricamente, en ocasiones se han presentado en sueños eventos significativos como en el caso del químico francés August Kekule (1829-1896) quien en un sueño descubre la estructura cíclica del benceno. Otto Loewin (1875-1961), informó que el experimento de perfusión cardíaca cruzada en la rana, que le llevó a postular la neurotransmisión química y le valió el premio Nobel en el año 1936, ocurrió en un sueño. El escritor Robert Luis Stevenson contó que su famosa novela Dr. Jekyll y Ms. Hyde surgió de un sueño, Mozart afirmó lo mismo acerca de algunas de sus composiciones.

Montaigne escribe: “Creo en verdad que los sueños son los más fieles interpretes de nuestras inclinaciones; pero es preciso un arte para conocerlos y comprenderlos”.

Calvin Hall, profesor universitario de psicología en 1953 publica su obra. “El significado de los sueños” y en ella, tras analizar miles de sueños de personas, concluye que las imágenes con que soñamos representan las ideas o concepciones del soñador y se sueña con situaciones de importancia personal que nos muestran la imagen que tenemos de nosotros mismos, de los otros, del mundo. El conflicto entre el consciente y los impulsos se ve en los sueños y las

pesadillas son ejemplos extremos de esta lucha; señala Hall (1966) que las pesadillas muestran en sueños las penalizaciones que recibirá el soñador si ignora su conciencia, es decir lo que desencadena el sueño no es tanto el impulso, como la actitud de la persona hacia el mismo.

El Dr. Walter Bonime (1962) en su libro “el uso clínico de los sueños”, nos dice: Si partimos de que la utilidad clínica de los sueños es directamente proporcional a los sentimientos puestos en ellos, por lo tanto la detección de emociones experimentadas explícita o implícitamente es central para considerar un sueño y el centro del conflicto. Así también nos dice que los sueños aportan ideas, pistas y nos abren hipótesis de trabajo, para seguir investigando, en lugar de “respuestas definitivas”

1.4 Fisiología del sueño

Una de las funciones del sueño es la recuperación del organismo, recuperación del cansancio producido en la vigilia.

En el ser humano se describen cinco etapas de sueño de acuerdo con la actividad electroencefalográfica que presenta, cuatro de estas etapas son las llamadas fases del sueño lento, la quinta etapa es la del sueño paradójico o sueño MOR (movimientos oculares rápidos) nombrada así por Michel Jouvet dada la coexistencia de actividades cerebral acompañada de abolición del tono muscular.

Fue así como los descubrimientos neurofisiológicos recientes revelaron, de nuevo, lo que ya se sabía hace más de tres mil años, en la mitología hindú de los Upanishad, textos sánscritos en que se encuentra la afirmación de que “el cerebro humano sufre la alternancia de la vigilia, el sueño sin sueños y el sueño con sueños. Considerándose al sueño paradójico como “guardián de la individuación psicológica”.

Durante el sueño lento, las ondas emitidas por la corteza cerebral son amplias y lentas a diferencia de las emitidas durante la vigilia que son de baja amplitud y rápidas. En la etapa IV del sueño se consolida el aprendizaje y la memoria.

Los sueños de la etapa de sueño paradójico tienden a ser de forma narrativa; existe una progresión cronológica de los acontecimientos; los sueños de la etapa de ondas lentas se manifiestan como pensamientos imágenes o emociones en una situación.

El primer episodio de sueño MOR sobreviene generalmente 90 minutos después del inicio del sueño, con una duración promedio de seis minutos. En el ser humano normal se presentan en el transcurso de la noche de 5 a 6 períodos de sueño MOR, cada uno de ellos más largo que el anterior con un intervalo de aproximadamente 90 minutos entre cada uno y el primer período es más corto, teniendo una duración aproximada de 20 minutos. El período final, que suele terminar durante la última hora de sueño, dura característicamente entre 25 y 45 minutos.

Aunque cada noche se sueñan acontecimientos (los sueños ocupan casi dos horas) al despertar se recuerdan pocos sueños y quienes despiertan después de dos minutos de haber terminado cualquier período de MOR, no recuerdan los sueños a diferencia de los que despiertan mientras sucede algún período de MOR pudiendo recordar los sueños detalladamente.

Los recién nacidos sueñan entre 50 y 80 por ciento del tiempo que están dormidos, a diferencia de los niños que sueñan entre 30 y 40 por ciento, y los adultos entre 20 y 30 por ciento.

1.5 Freud y la interpretación de los sueños.

La interpretación de los sueños, obra de Sigmund Freud, publicada en 1900 presenta la primera elaboración sistemática acerca del acto onírico; en

consecuencia al penetrar en el mundo de los sueños y descubrir las motivaciones inconscientes Freud cambió la forma de percibirnos y de comprender la vida y el mundo que nos rodea, es el primero en reconocer que los sueños pueden tener un procedimiento científico para la interpretación, Freud señaló que el sueño es el camino que lleva al inconsciente y se refiere al pasado, es decir, a deseos instintivos, que aparecen en los sueños y se arraigan en el pasado, pero dijo también que el tema del sueño está desfigurado forzosamente y que su significado verdadero, a saber, lo que Freud llamaba el sueño latente, tiene que arrancarse a su tema manifiesto.

Freud (1900), señala “El sueño utiliza, como ya indicaremos este simbolismo para la representación disfrazada de sus ideas latentes” (p.560). Más adelante nos dice “Las modernas investigaciones sobre los sueños han probado indiscutiblemente la existencia del simbolismo onírico” (p. 561).

Para Freud, los sueños son “La Vía Regia”, para entender el inconsciente, además afirma que los sueños siempre representan mensajes disfrazados y encubiertos que hay que desentrañar, y que son el producto de impulsos sexuales prohibidos.

Freud basa su teoría psicológica del sueño en la realización de deseos sexuales y agresivos; su propósito fundamental en la interpretación de éstos, era encontrarles sentido es decir, sustituirlo por algo importante en nuestros actos psíquicos.

Por otra parte, Freud sostiene que son siempre la expresión de la parte irracional de nuestra personalidad. En los sueños hay impulsos, deseos y sentimientos irracionales que se presentan enmascarados. Por ejemplo; celos, ambición, odio, envidia y deseo sexual incestuoso, para no perturbar la función del sueño, cuyo objetivo es el reposo. Freud postula también, que los deseos irracionales cumplidos en el sueño tienen sus raíces en la infancia; el niño es un ser-asocial y amoral, narcisista, sádico y masoquista y con tendencias incestuosas.

Freud subrayó: “Una de las funciones de la sociedad es la de hacer que el hombre reprima sus impulsos inmorales y asociales”. Esta transformación del mal en bien opera mediante: formaciones reactivas y sublimaciones, (considera como sublimación, el fenómeno en el que el impulso prohibido es separado de sus objetivos, primitivos asociales y aplicado a propósitos más elevados y culturalmente valiosos). Freud sostiene que los impulsos generosos, amables y constructivos del hombre no son primarios, sino son producciones secundarias, que surgen de la necesidad de reprimir los impulsos prohibidos originales. La cultura es la consecuencia de esa represión. Por lo que a más desarrollo cultural, más represión y neurosis y las tendencias irracionales en los sueños, son las manifestaciones del niño que el hombre censura en su ser. Freud cree que la función primordial de los símbolos es la de disfrazar y deformar los deseos subterráneos. Para Freud el lenguaje simbólico sólo expresa ciertos deseos primitivos instintivos.

Podemos encontrar varias analogías entre el sueño y la psicosis; las ilusiones son en ambas, en su mayoría visuales o acústicas; el sueño da bienestar y dicha y en el psicótico surgen imágenes de felicidad, poderío, riqueza y suntuosidad.

Freud basa la teoría psicológica del sueño y de la psicosis en la realización de deseos; en ambos hay exageración de asociaciones y debilidad de juicio, no tienen orientación temporal.

Freud dice que en el sueño hablamos el lenguaje de la verdad, aunque en forma inconsciente; sus imágenes son producto de la imaginación, pero el afecto es real, a veces éste concuerda con lo representado; a veces está separado de éstos y en otras ocasiones es antitético.

Freud reconoce que los sueños pueden considerarse como síntomas patológicos y que se pueden interpretar para lo cual es necesario confrontar el contenido manifiesto con el contenido latente.

El contenido latente se refiere a los pensamientos que se esconden detrás del sueño; el contenido manifiesto se refiere a los sentimientos, y pensamientos que aparecen como tales en el sueño. Consideraba que el estímulo del sueño está siempre entre los sucesos del día anterior y que en ocasiones nos sustituimos en el contenido manifiesto por otra persona ya que en el sueño, somos muy egoístas y nuestro Yo siempre tiene que desempeñar un papel.

Freud explica la formación del sueño como producto de la deformación onírica, proceso mediante el cual el contenido latente se convierte en el contenido manifiesto del sueño a través de los procesos de: desplazamiento; condensación; formación mixta; identificación; inversión temporal; elaboración secundaria; simbolización; para así poder pasar la censura.

Una vez explicado el proceso de la deformación onírica, establece una analogía entre éste y la vida social en la que a veces los actos psíquicos de las personas son deformados al ser exteriorizados y muestran una cortesía social.

En el sueño sabemos que soñamos, por lo que a veces la persona es capaz de dirigir el curso de su sueño. Durante la noche, aparecen ideas latentes de alto nivel intelectual, razón por la cual en ocasiones se resuelven problemas que no se pudieron solucionar en el transcurso del día, esto también es proporcionado por la tranquilidad, al no ser acosado por toda la estimulación dada durante la vigilia.

La censura es un proceso que impide que el material inconsciente dinámico aflore a la consciencia; sin embargo este proceso se encuentra menos intenso durante el dormir e incrementa su intensidad en el estado de vigilia, por lo que se obtiene a partir de la interpretación del sueño, material significativo sobre el inconsciente del sujeto. Y por esto mismo Freud consideró el sueño “La Vía Regia” para acceder al inconsciente.

Por lo que respecta al modo de interpretar los sueños en las conferencias que Freud imparte en Viena en los semestres de invierno de 1915 a 1916 desarrolla

las bases que guiarán al análisis de los sueños. Expone que a través del análisis de los actos fallidos y de los lapsus lingüísticos ha llegado a la conclusión de que haciendo participar al sujeto, mediante la asociación libre de palabras, se puede llegar a comprender el significado del error o en este caso, el significado del sueño. La tarea del psicoanálisis es decodificar el contenido manifiesto en el latente a través de la asociación libre que consiste en decir simplemente lo primero que a uno le venga a la cabeza sin reservas.

A la evocación del sueño expresada al despertar, se le conoce desde Freud (1899,1900) como el sueño manifiesto, que describía de la siguiente manera Freud (1915-1917) “El sueño no es otra cosa que el resultado de la elaboración, o sea la forma que la misma imprime a las ideas latentes” (p.2233). Y posteriormente Freud (1932) nos dice “A lo que hasta ahora se ha dado el nombre de “sueño” lo llamamos “texto del sueño” o sueño manifiesto, y lo que buscamos y, por decirlo así, presumimos detrás del sueño lo designamos como “ideas latentes” del sueño” (p.3104). Hoy por hoy, todos los psicoterapeutas y psicoanalistas están conformes en que el sueño manifiesto, como pensaba Freud, es “el camino real” a lo inconsciente y que el contenido latente, inconsciente del sueño, puede ser comprendido.

El método básico para la comprensión plena del contenido latente, inconsciente de los sueños, sigue siendo el preconizado por Freud:

1. La asociación libre del soñante, que nos esclarece el contexto de su vida tanto pasado como presente.
2. Los acontecimientos del día del sueño Freud (1900) “habré de sentar en primer término la afirmación de que en todo sueño puede hallarse un enlace con los acontecimientos del día inmediato anterior” (p.681).
3. La asociación libre a los elementos del sueño, sin omitir a los afectos explícitos contenidos en el sueño manifiesto, que son de gran importancia.

1.6 Jung y la interpretación de los sueños.

Jung (1934), escribió: “El sueño es aquella pequeña puerta oculta en el santuario más profundo e íntimo del alma, que se abre hacia aquella noche cósmica del principio de los tiempos que era alma mucho antes de que existiera un ego consciente y que seguirá siendo alma más allá de lo que el ego conciente puede abarcar...”

Para Jung, el sueño es un fenómeno psíquico normal y natural: “Los sueños no son fabricados deliberadamente son manifestaciones independientes y espontáneas del inconsciente que describen la situación interna del soñante, es decir, el sueño es un autorretrato espontáneo que representa en forma simbólica la situación actual en el inconsciente”. Jung como Freud reconoció el valor de los sueños para conocer el inconsciente, pero además del significado personal relacionado con la vida inmediata del soñante, poseen una significación imbricada en el inconsciente colectivo. Durante sus 20 años de práctica clínica Jung confirmó, en relación con los sueños de sus pacientes haber observado, una y otra vez, cómo aparecen en sus sueños; pensamientos y sentimientos no pensados ni sentidos por ellos previamente, con el fin de alcanzar indirectamente a su conciencia.

Jung (1931), percibió el sueño como: “Un pedazo de la naturaleza... y, así como la naturaleza no oculta sus propósitos, tampoco el sueño lo hace” (p.304). En este sentido, la imagen en el sueño no es disfraz del objeto, Jung creía que la imagen contenía todo lo que uno necesitaba saber, si tan sólo el soñante se somete a ella, extrayendo posteriormente su significado, planteado que los sueños pueden emerger de conflictos del presente, y de supresiones del pasado, teniendo una función creativa y una orientación hacia el futuro.

Jung (1959), en su libro el hombre y sus símbolos nos dice, “Como existen muchas cosas que se encuentran más allá del entendimiento del hombre, éste usa constantemente términos simbólicos para representar conceptos que no puede

definir o comprender del todo. Esta es una de las razones por las cuales el hombre también produce símbolos inconscientes y espontáneamente en forma de sueños". (p.29).

"Siendo fácil comprender porqué los soñantes tienden a ignorar, e incluso a negar el mensaje de sus sueños, la consciencia se resiste a todo lo inconsciente y desconocido, experimenta un miedo profundo y supersticioso ante la novedad. El hombre moderno levanta barreras psicológicas para protegerse de la conmoción que le produce enfrentarse con algo nuevo, enfrentarse con un pensamiento sorprendente que sus sueños le obligan a admitir". (p.32).

Jung (1915), afirma que los sueños representan deseos del pasado, pero que al mismo tiempo están orientados hacia el futuro y tienen la función de indicar los propósitos y objetivos del soñante. Dice Jung: "La psique es transición, y por lo tanto debe ser definida bajo dos aspectos. Por una parte la psique presenta un cuadro de los rastros y residuos de todo el pasado y por la otra, pero expresado en el mismo cuadro, un bosquejo del futuro, ya que es la misma psique la que crea su propio futuro.

Jung (1959), expone en su obra *Dreams*, una nueva visión del soñar, considera que los seres humanos poseen mecanismos para construir su salud física y psicológica. Los sueños forman parte de esta tendencia básica hacia la salud y el equilibrio emocional al permitir la comunicación entre el inconsciente y el consciente. El proceso se inicia cuando los sueños cargados con un significado específico emergen del inconsciente e intentan añadir algo a nuestro conocimiento consciente. Además de aspectos cotidianos en nuestras vidas, también hace aparición "La Sombra" que representa aquellos aspectos reprimidos de la personalidad que necesitan ser integrados con el resto de la persona, formando una totalidad.

Por lo tanto los sueños nos hacen completos, al hablarnos de partes de nosotros que negamos o ignoramos y algunas de estas partes constituyen nuestro

conciente personal, conformado por las experiencias de la vigilia, las viejas memorias, las experiencias de toda nuestra vida e incluso circunstancias experimentadas por uno, pero no a nivel consciente. En cambio, a veces, surgen del inconsciente elementos que no forman parte de nuestra experiencia personal, entonces, es el inconsciente colectivo que se compone de arquetipos que son predisposiciones o instintos inherentes a la raza humana y sirven para conectar con nuestra verdadera naturaleza y superar la deshumanización.

Son vivencias súbitas, desconectadas del pensamiento hilvanado que son símbolos de los arquetipos, y Jung lo expresa así: “Los arquetipos son entendidos como categorías universales de intuición y estimación que residen en el inconsciente colectivo y se hereda en la estructura cerebral. Ahora bien, no son simples imágenes si no núcleos de fuerzas que adoptan distintas formas simbólicas al llegar al umbral de la consciencia” (p.34). Para Jung el sueño es una comunicación directa, no desfigurada, una revelación de una sabiduría superior al individuo.

Señaló que el sueño tiene como una de sus funciones básicas el integrar experiencias nuevas, recolectadas previamente por la psique del pasado personal, así como del impersonal del individuo y los sueños revelan una profunda relación entre estados internos y externos por lo cual uno de los principios básicos de la teoría de los sueños es que éstos tienen una función compensatoria, esto es, equilibrar la situación consciente del momento pudiendo compensar distorsiones temporales de la estructura del ego y una segunda forma de compensación más profunda, es aquella en que el sueño confronta al funcionamiento de la estructura del ego con una necesidad de adaptación más profunda al proceso de individuación, completando los contenidos limitados y faltantes de la consciencia.

Jung (1915), también habló de la función complementaria de los sueños que completa los contenidos limitados y faltantes de la consciencia, así como el entendimiento de dichos sueños lleva al cambio en la manera de experimentar la vida externa, así como del modo en que nos percibimos a nosotros mismos.

En los sueños subjetivos concibe a todas las figuras del sueño como rasgos de la propia personalidad del soñante a diferencia de los sueños objetivos que se refieren a los aspectos que percibimos de los otros y que son inconscientes de las relaciones del soñante con el “otro” externo, es decir usualmente representan nuestros sentimientos inconscientes hacia personas, lugares o cosas.

El papel de los sueños en restaurar nuestro balance psicológico se denomina compensación y que se presenta cuando no hay equilibrio entre lo consciente e inconsciente, lo cual produce problemas psicológicos.

Para el análisis e interpretación de los sueños emplea la técnica de amplificación y la imaginación activa. La amplificación tiene dos pasos o etapas. El primero se llama amplificación personal y consiste en que el soñante describe y explora todas las posibles asociaciones que puede hacer al recordar el sueño. El segundo paso es la amplificación objetiva; en la cual el analista emplea las asociaciones colectivas relacionadas con los mitos, leyendas etc. del inconsciente colectivo y lo relaciona con los recuerdos personales anteriores. Además recomendaba una especie de diálogo interior con los personajes aparecidos en el sueño.

Para el trabajo con los sueños Jung (1915), recomendaba una actitud de ignorancia al comienzo del trabajo con el sueño, siendo deseable vivir con el sueño por un tiempo dándole vueltas y vueltas para ver sus diferentes facetas, permitiéndose un pensamiento relajado y juguetón, a su vez siendo respetuoso ante el sueño y permitirse una respuesta de asombro, perplejidad y cuestionamiento.

Estableciendo dos puntos básicos para tratar los sueños:

- 1) El sueño ha de tratarse como un hecho acerca del cual no deben hacerse suposiciones previas, salvo que en cierto modo el sueño tiene sentido.
- 2) El sueño es una expresión específica del inconsciente.

Jung (1959), describe los sueños como un “drama desarrollado en el propio escenario individual” (p.24). La primer parte del relato de un sueño es la exposición. Por lo general incluye la especificación del lugar o ambiente, la descripción de los protagonistas o dramatis personal y la situación inicial del sujeto. Puede incluirse algún dato sobre el tiempo, como el momento del día o la estación del año. La segunda parte suministra el desarrollo del argumento. La tercera parte es la culminación en donde sucede algo decisivo o tiene lugar un cambio rotundo, sea para bien o para mal. Llega finalmente la cuarta fase de resolución

Los pasos principales del método junguiano de la interpretación de los sueños son:

1. Enunciar el texto del sueño en términos de estructura, examinar lo completo de su carácter.
2. Establecer el contexto del sueño, el material situacional en el que se da el sueño. El contexto se compone de:
 - a) Amplificaciones de las imágenes oníricas, que pueden incluir:
 - 1) Asociaciones personales.
 - 2) Información sobre el ambiente del sujeto que sueña, o
 - 3) Paralelos arquetípicos;
 - b) Temas que interrelacionan las amplificaciones y
 - c) La situación consciente del sujeto, inmediata y a largo plazo;
 - d) La serie de sueños en que se da un sueño específico.
- 3) Revisar las actitudes apropiadas para la interpretación de sueños:
 - a) No puede darse nada por sentado respecto del significado del sueño o de imágenes específicas.
 - b) El sueño no es un disfraz sino una serie de hechos psíquicos.
 - c) Probablemente el sueño no le dice al sujeto qué debe hacer.

- d) Tener en cuenta las características de personalidad del sujeto que sueña y del intérprete.
- 4) Caracterizar las imágenes oníricas como objetivas o subjetivas.
- 5) Considerar la función compensatoria del sueño.
- a) Identificar el problema o complejo al cual se refiere el sueño.
 - b) Evaluar la correspondiente situación consciente del sujeto que sueña.
 - c) Considerar si las imágenes oníricas y la evolución psíquica del sujeto requieren una caracterización reductiva o constructiva.
 - d) Considerar si el sueño resulta compensatorio al oponer, modificar o confirmar la correspondiente situación consciente del sujeto; o
 - e) Si el sueño es no-compensatorio: anticipatorio, traumático, telepático o profético.
- 6) Postular una interpretación traduciendo el lenguaje del sueño en relación con la correspondiente situación consciente del sujeto, verificarla a la luz de los hechos oníricos, modificar si es necesario y enunciar sucintamente la interpretación.
- 7) Verificar la interpretación.

1.7 Fromm y la comprensión de los sueños

Fromm (1957), Escribió el libro “El lenguaje olvidado” y en la introducción nos dice: “Si es verdad que la capacidad de intrigarnos es el punto de partida de la sabiduría, esa verdad constituye una triste apreciación de la sabiduría del hombre moderno... hemos perdido el don de asombrarnos. Todo lo sabemos... lo único importante es tener las respuestas correctas; saber preguntar, en comparación, es una ciencia insignificante. Esta actitud es quizá la razón principal por la que uno de los fenómenos más asombrosos de la vida, los sueños, provoca en nosotros tan poca admiración y tan poca curiosidad... pero lo peor de todo es que no entendernos lo que soñamos, mientras que, estando despiertos, estamos seguros

de que podemos entender cualquier cosa con solo prestarle la debida atención. Para no tener que afrontar la prueba abrumadora de que poseemos un entendimiento limitado, preferimos acusar a los sueños de ser simples teorías indignas de que pensaron en ellas los hombres adultos dedicados a ocupaciones tan importantes como la de construir máquinas y que se reputaban de “realistas” porque no veían más que la realidad de las cosas que podían dominar y manejar... yo creo, por el contrario, que el lenguaje simbólico es el único idioma extranjero que todos debiéramos estudiar. Su comprensión nos pone en contacto con una de las fuentes más significativas de la sabiduría”... (p.11).

Aquí ya resaltando el término “comprensión” desde el prólogo de su libro Fromm (1957), donde nos dice: “El término introducción a la comprensión de los sueños, etcétera, ha sido elegido a propósito, en lugar del más convencional de interpretación. Si como trataré de demostrar en las páginas siguientes, el lenguaje simbólico es un lenguaje por derecho propio, más aún, el único lenguaje universal que haya producido la humanidad, el problema es, indudablemente, más de comprenderlo que de interpretarlo, como sería el caso si se tratara de una clave secreta formada artificialmente. Creo que esa comprensión es importante para todos los que quieran estar en contacto consigo mismos” (p.5).

Porque más adelante nos dice Fromm (1957), “Pero cualquiera que sea el papel que desempeñamos en el sueño, somos nosotros sus autores, el sueño es nuestro, nosotros inventamos su trama”... (p.12).

“Parece que cuando dormimos abrimos un amplio depósito de experiencias y recuerdos, cuya existencias ignoramos cuando estamos despiertos. Pese a todas esas extrañas características, mientras dormimos nuestros sueños son para nosotros muy reales; tan reales como cualquier suceso que ocurra en la vida diaria. No hay “como si” en los sueños. El sueño es un hecho real, actual”... “En la vida durmiente no hay “como si”; la persona esta presente”...

Sobre la importancia del lenguaje simbólico para la comprensión de los sueños nos dice Fromm (1957), “la vida dormida y la despierta son los dos polos de la existencia humana... El lenguaje simbólico es un lenguaje en el que las experiencias internas, los sentimientos y los pensamientos son expresados como si fueran experiencias sensoriales, acontecimientos del mundo exterior. Es un lenguaje que tiene una lógica distinta del idioma convencional que hablamos a diario, una lógica en la que no son el tiempo y el espacio las categorías dominantes, sino la intensidad y la asociación... un lenguaje que es preciso entender si se quiere conocer el significado de los sueños. El lenguaje simbólico es un lenguaje en el que el mundo exterior constituye un símbolo del mundo interior, un símbolo que representa nuestra alma y nuestra mente”. (p.18).

Fromm (1957), distingue tres clases de símbolos: los universales, los accidentales y los convencionales.

Los símbolos universales son comunes a todos los hombres y, por consiguiente, no se limitan a personas o grupos determinados. Tienen su raíz en la experiencia de afinidad entre una emoción o un pensamiento, por una parte, y una experiencia sensorial por la otra, existe una relación intrínseca entre el símbolo y lo que representa, teniendo su base en nuestros sentidos, cuerpo y mente.

En cambio los símbolos accidentales son por su naturaleza completamente personales, pertenecientes a la propia experiencia de la persona. Por ejemplo: si un individuo pasó un mal rato durante su estancia en una ciudad no es en sí misma ni alegre ni triste.

Y por último los símbolos convencionales que son los más conocidos y se limitan a personas o grupos determinados, en donde la única razón que hay para que la palabra simbolice al objeto es el convenio de llamar a un objeto determinado con un nombre determinado. Por ejemplo una bandera que representa un país.

Para comprender los sueños se debe considerar que el efecto de la separación de la realidad depende de la calidad de la realidad misma. Si la influencia del mundo exterior es benéfica disminuirá el valor de la actividad onírica. La realidad exterior está representada por la cultura la cual tiene gran influencia en la vida del hombre, debido a que éste desarrolla sus facultades intelectuales, sentimentales y artísticas bajo la influencia de la sociedad. Así como la cultura y la influencia que la sociedad ejerce sobre el hombre es benéfica al permitirle su desarrollo, también puede ser perjudicial, pues expone al hombre a un “alboroto” casi incesante, a mentiras racionalizantes disfrazadas de verdades, de simples tonterías disfrazadas con el ropaje del sentido común o de la sabiduría superior del especialista, de doble sentido, pereza intelectual o deshonestidad que habla en nombre del “honor” o del realismo según sea el caso.

Por lo cual en el estado del sueño podemos ser menos inteligentes, menos sabios y menos decentes, pero también podemos ser mejores y más cuerdos que cuando estamos despiertos.

El sueño tiene un sentido y un significado, la vida en el estado de vigilia y la vida en el estado onírico son los dos polos de la existencia humana y ambos se complementan pero no se contradicen.

Los sueños expresan cualquier actividad mental y son la manifestación de, nuestros anhelos más irracionales como también de nuestra razón y moralidad que expresan ambos, lo mejor y lo peor de nosotros mismos.

Fromm (1957), define los sueños como expresiones llenas de sentido y significado de todas las clases de actividades mentales, desde las más bajas e irracionales, hasta las más elevadas y valiosas y no sólo la satisfacción de pasiones irracionales como sostenía Freud.

Existen diferencia entre los deseos racionales y los irracionales que se expresan en los sueños. Los deseos racionales que se muestran en los sueños son una

anticipación de nuestras metas más valiosas que aún cuando no seamos capaces de experimentarlas en la vida despierta, al menos las deseamos y las vemos cumplidas en la fantasía onírica. Lo importante es diferenciar, si la fantasía es de las que nos hace avanzar o de las que nos retiene en la improductividad.

1.8 La importancia del primer sueño en psicoterapia

Por cuestiones metodológicas y para los fines de este trabajo se considera el primer sueño en psicoterapia, al que se presenta después de haber estado con el paciente cara-a-cara y de haber dialogado en una primera sesión en donde ya podríamos empezar a ser un participante activo en su vida y hemos empezado a conocernos directamente.

El inconsciente manifestado en nuestros sueños, es quizá el tesoro informativo más valioso que poseemos como fuente de autoconocimiento y por lo cual clínicamente se ha hecho una importante distinción entre el primer sueño que un paciente tiene en las primeras entrevistas y los sueños que son evocados más tarde en el curso de la psicoterapia, Freud observó la prometedora ingenuidad de los primeros sueños; desde entonces y desde diversas aproximaciones se ha mantenido un especial interés en el primer sueño del paciente.

Blanck (1976), señala que el primer sueño del paciente al iniciar la psicoterapia puede ser un compendio capsular de sus principales problemas.

Rappaport (1959), nos dice que mediante el primer sueño, el drama del soñante, sus pasiones y temores, deseos y resentimientos, emergen todavía libres de la “sofisticación psicológica”

Beratis (1984), plantea que cualquiera que sea la concepción del conflicto central para cada escuela, éste suele manifestarse en el primer sueño.

Amara (1987), con base a su experiencia clínica en los seminarios con Erich Fromm, solía analizarse espontáneamente el primer sueño de una persona, de quien no se conocía más que el sexo y la edad; posteriormente, cuando se presentaba el historial biográfico, podía comprobarse que los significados del primer sueño iluminaban sobre el modo de vivir y relacionarse, el devenir de las tendencias inconscientes y el destino de la transferencia, ahondaban y exigían nuevas aclaraciones acerca de la existencia y el carácter del soñante. A través de la contrastación de los sueños subsecuentes con el primer sueño, es factible evaluar el curso de la terapia, los avances o estancamientos.

Beratis (1984), Después de observar cómo aquello que se indica en el primer sueño se despliega y se identifica con los siguientes hallazgos, reconfirma que el primer sueño es un espejo genciano de los conflictos existenciales del soñante.

Aramoni (1979), Resalta la importancia del primer sueño presentado durante el proceso psicoterapéutico por su valor desde el punto de vista de la espontaneidad, siendo sumamente revelador y nos permite establecer un diagnóstico inicial, marcando el devenir de la terapia y conocer la transferencia.

1.9 Principales consideraciones para la comprensión del primer sueño en psicoterapia.

Para el trabajo con el primer sueño en psicoterapia se utilizó el método de comprensión Frommiano de los sueños y se complementó con las aportaciones de uno de sus más destacados discípulos de Fromm; el Dr. Jorge Silva García.

El procedimiento que Fromm empleaba para comprender un sueño es el siguiente:

- a. Preguntar al paciente que se le ocurre con respecto a su sueño.
- b. Confrontar al paciente con el hecho de que el sueño es suyo, que él realizó la trama y se asignó a sí mismo un papel, y que por esto, debe significar algo.

- c. Pedir al paciente que se concentre en la escena del sueño y que diga que ideas puede asociar, todo lo que se le ocurra al ver ese cuadro.
- d. Relacionar para el paciente las ideas asociadas o el recuerdo, con su presente.
- e. Relacionar acontecimientos del día anterior al sueño.
- f. Relacionar el estado de ánimo que tenía el soñante antes de dormir.

De Fromm (1957), retomamos; la comprensión del lenguaje de los sueños como un arte que requiere, como cualquier otro arte, conocimiento, talento, práctica y paciencia. El talento, la decisión necesaria para poner en práctica lo que se ha aprendido y la paciencia no pueden ser adquiridos mediante la lectura de un libro. Pero se puede adquirir el conocimiento necesario para entender el lenguaje onírico.

Si nos tomamos el tiempo y abordamos el sueño sin preconcepciones, sino con una mente y un corazón abiertos, cuestionantes y juguetones, nos acercamos a la comprensión inicial del sueño permitiéndonos ser tomados por sorpresa, para contar con la oportunidad de aprender de la manera en que se reúne, integra y expresa todos los niveles de la experiencia, durante su nocturno tejer creativo.

Fromm (1957), no menciona lo que se conoce como “restos diurnos”, pero se refiere a ellos afirmando que casi no existen sueños que no sean reacciones, a menudo demoradas, ha hechos significativos del día anterior. Añade Fromm “Un sueño para ser comprendido cabalmente, debe ser entendido en función de su reacción a un episodio importante acaecido con antelación al sueño”. (p.117).

Al dar importancia a la conexión del sueño con las experiencias significativas ocurridas el día anterior y los sentimientos que ellas despertaron en el soñante, se puede revelar si el sueño fue una reacción a un hecho importante, aunque conscientemente no se le haya atribuido valor, y en que consistía su importancia.

Fromm enfatiza en los sueños la importancia del contexto, el carácter, la necesidad de asociaciones personales y la etapa del desarrollo. De las

asociaciones, se puede conocer la naturaleza de la elección del símbolo y su función psicológica, y conectándolo con el pasado del paciente en el sueño.

Los sueños expresan cualquier actividad mental y son la manifestación de nuestros anhelos más irracionales como también de nuestra razón y moralidad que expresan ambos, lo mejor y lo peor de nosotros mismos.

Fromm coincide con Freud en postular al sueño como la vía directa para el conocimiento del inconsciente y respecto al pasado (aparte de su interés histórico), pero solo mientras siga siendo vigente en el presente. Señala que los sueños nos suministran los indicios necesarios para descubrir la calidad de los temores y deseos ocultos, siendo necesario establecer si el sueño expresa un deseo irracional y su satisfacción, un simple temor o ansiedad, o una percepción de fuerzas y hechos internos o externos.

Fromm (1957), cree que el material onírico puede presentar una solución en los problemas de los pacientes y nos indican un elemento de pronóstico.

En los sueños se pueden mostrar las reacciones emocionales, las formas de comportarse y relacionarse, los mecanismos de defensa que el soñante tuvo que aprender para sobrevivir dentro de su familia, sociedad y cultura, ante ciertas adversidades.

En los sueños se descubren insights, nuestras relaciones con otros, nuestros juicios de valor, predicciones y operaciones intelectuales superiores a las que ocurren en la vigilia.

Fromm (1957), nos señala lo importante de entender la textura del sueño en el que el pasado, el presente, el carácter y los acontecimientos reales se entretajan juntos formando un diseño que nos dice mucho acerca de las motivaciones del soñante, de los peligros que debía conocer y de los objetivos que se tiene que poner a si mismo en su esfuerzo por alcanzar la felicidad (p.118).

Fromm (1957), concibió a los sueños como sistemas abiertos, que se van comprendiendo de manera paulatina y progresiva a lo largo del proceso psicoterapéutico, por lo que no debemos plantearlos como algo ya concluido, como sistemas cerrados.

Fromm (1957), resalta como muy a menudo, el sueño es un indicio muy importante de lo que ocurre en el interior del paciente y nos dice “Generalizando creo que puede darse a cada sueño una interpretación máxima y una interpretación óptima. Se puede atender al máximo detalle, a la menor cosa y querer averiguar lo que significa. Yo estoy mucho más a favor de la interpretación óptima, o sea, de interpretar la comunicación más importante del sueño y una vez captada, puedo decir que hay otros muchos detalles pequeños, pero si atiendo a todos ellos al mismo tiempo, perderé a menudo el efecto de la comunicación esencial” (p.119).

Porque el sueño, por así decirlo es un mensaje del soñante a sí mismo y, a veces, es también un mensaje al terapeuta o a otra persona a la que uno pueda contar el sueño prefiriendo que una parte del sueño encaje en el argumento escogido

Aprender la vivencia de las imágenes pictográficas simbólicas y los afectos implícitos del soñante es un arte que se aprende con la observación cuidadosa y la indagación de las asociaciones libres. El análisis vivencial del sueño es un proceso laborioso basado en la observación fenomenológica del contenido manifiesto del sueño y los afectos que lo acompañan, que en forma global sintetizan el retrato del soñante. Este contenido manifiesto representa, el material inconsciente al que el soñante podrá tener acceso más fácilmente, pero las capas más profundas de su ser, debemos buscarlas en lo que no nos dice, en lo que esta ausente en el sueño.

Silva (1982), Nos dice: “De mi trabajo con Erich Fromm y el estudio de sus escritos acerca de los sueños me quedó uno de tantos remanentes que con el tiempo fue

dando frutos... retomando de Fromm la idea de ver la escena del sueño como símbolo de algo que sentimos, para plantearnos: “la idea del sueño como un símbolo global, que nos comunica, en un mensaje inicial de ese sueño, lo que siente y cómo se vive a sí mismo el soñante; es una especie de “retrato hablado” de él mismo, que simboliza su ser en ese momento” (p115).

A partir del sueño se van formulando una serie de preguntas, sobre lo cual Silva señala: “Fromm ha señalado algo que es clave para constatar, convalidar, nuestra comprensión del paciente a partir de que nuestra vida (contexto y asociaciones) tiene que esclarecer nuestros sueños y ayudarnos a entenderlos; y nuestros sueños tienen que esclarecer, objetivizar, nuestra vida en estado de vigilia y ayudarnos a comprenderlas. Uno y otro polo de nuestra existencia deben corresponder y comprobar así, que hemos entendido a nuestro analizado; ambos acontecimientos son mutuamente explicativos y clarificadores... creo que los sueños como símbolos globales y los símbolos universales, accidentales o convencionales de éstos necesitan ser entendidos dentro del marco de referencia de un concepto teórico del hombre que nos haga sentido” (p.116).

Silva (1982), también nos plantea la importancia de los afectos en los sueños: “Las enseñanzas de Fromm nos enseñan algo más: los sueños tienen afectos explícitos y afectos implícitos.

¿No ocurre así con toda obra creativa del hombre? De hecho, todo lo que hacemos comunica un estado afectivo implícito y/o explícito”...

Sobre el valor del sueño manifiesto Silva (1982), nos señala: “el sueño relatado nos muestra que el sueño manifiesto, tal como está, sin mayores asociaciones, nos va mostrando algo acerca de lo inconsciente para el soñante. Esta claro o debe quedar claro que esto representa un abordaje inicial, un principio de comprensión: que este abordaje inicial con frecuencia plantea más preguntas que respuestas... pero como Fromm plantea debemos mantener la capacidad de la perplejidad y la capacidad de hacer preguntas, y no estar tan prestos a sólo

expresar las “respuestas correctas”. Los sueños nos indican las preguntas a hacer: las que estén equivocadas las descartaremos y las otras nos irán enseñando a hacerlas, en el futuro, con mayor corrección. Los sueños vienen siendo como un patrón para cortar correctamente un vestido” (p.118).

El sueño manifiesto se concibe como orientador de áreas a inquirir, indagar, aclarar, y comprender, se requiere del estudio sistemático de los mismos, buscando que los afectos explícitos e implícitos correspondan con el propio material del sueño, sin quitar ni agregar nada del propio dinamismo del sueño.

El abordaje inicial al sueño manifiesto, es apenas un principio de comprensión; que la comprensión amplia requiere de las asociaciones libres del analizado y se irá sabiendo en el transcurso de la terapia y sólo en ese devenir, se irá comprendiendo el sentido íntimo del lenguaje simbólico de los sueños.

Silva (1982), desde una perspectiva didáctica nos dice que debemos considerar que son cuatro los niveles para la comprensión de los sueños.

PRIMERO: Debemos tomar nota de los afectos explícitos e implícitos presentes en todos los sueños, ya que aún el vacío impone un gran afecto. Además, todas las actividades de los seres humanos sean ademanes, gestos y gritos, actitudes diversas... implican afectos explícitos e implícitos, al igual que están presentes cuando caminamos, cuando nos movemos, cuando comemos etc. En el mismo sentido se manifiestan en las obras que resulten de la actividad del ser humano: pinturas, escultura, obras escritas, su arquitectura. Toda esta comunicación no-verbal (aunque si puede ser escrita), resulta invaluable por los afectos que comunica.

Enfatizamos los afectos porque nos permiten formular preguntas pertinentes para el desarrollo del análisis y la comprensión de los sueños. No olvidar que los símbolos de los sueños están condensados y son multideterminados y multifacéticos.

SEGUNDO: En este nivel de los sueños, tomamos nota del contenido de éste, lo que en él acontece. No debemos olvidar que el soñante es el autor único de sus sueños: él se encarga del guión y de las acciones, de las tramas que en ellos se desarrollan, de la escenografía; de la selección de actrices, actores y comparsas y los viste ad hoc. Todo ello revela, enfatiza, destaca algo del ser del soñante o de alguna o algunas personas significativas de su entorno. Este aspecto del sueño debe, por necesidad estar en consonancia con los afectos implícitos y explícitos, de lo contrario no estamos entendiendo el sueño.

TERCERO: Estímulos significativos del día del sueño los cuales ingresan con mucha frecuencia en los sueños.

Para evitar confusiones, debemos proceder siempre con cautela y no precipitar conclusiones acerca del probable significado o representación de los símbolos de los sueños.

Los sueños clarifican el “aquí” y “ahora” por lo que aclaran y precisan la transferencia del día del sueño, así como revelan la relación inconsciente con personas significativas del medio ambiente. No es frecuente que el sueño manifiesto muestra una relación con los demás, incluyendo al analista, muy diferente a la del estado de vigilia. Porque en nuestros sueños somos libres y candidos. Debemos valorar mejor al sueño que a la experiencia de vigilia.

CUARTO: Todos los sueños presentan un sentido anagógico que es educar, elevar, guiar, orientar a la progresión, al logro de una mayor y mejor individuación; resulta consecuente que este es un aspecto positivo, creativo, presente en todos los sueños. El camino a la progresión puede ser claro y preciso o puede estar implicado como el camino opuesto al señalado por el contenido manifiesto del sueño.

Los sueños están al servicio del bienestar, del bien-vivir del ser humano y de su maduración psicológica. Sin duda se impone la comprensión de los sueños, así el proceso de individuación no queda al azar, ni a los valores negativos del entorno mediato e inmediato o a la ausencia frecuente de valores humanos de algunos grupos sociales. Se debe enfatizar que hay una fuerza inconsciente que puede corregir rumbos y estimular a lo creativo, a lo positivo del ser humano.

CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA

2.1 Objetivo

El objetivo de este reporte profesional es exponer y fundamentar la importancia del primer sueño en psicoterapia para el diagnóstico y la intervención, a través del análisis de un caso clínico a partir de la experiencia propia desde un marco teórico con orientación psicoanalítica.

2.2 Tipo de estudio

Análisis de un solo caso y el enfoque metodológico fue cualitativo, ya que permite realizar una investigación basada en métodos de recolección de datos descriptivos y observacionales. Se trabajó desde lo expuesto por Hernández, Fernández y Bautista (2004), en lo referente al propósito del enfoque cualitativo que es el de “reconstruir” la realidad del caso presentado.

Específicamente se utilizó un estudio de caso, el cual constituye uno de los recursos habituales que se emplean en el método clínico y se confeccionan sobre la base de una entrevista formal para obtener información.

El estudio de caso es un método cuya orientación es esencialmente longitudinal o histórica en el cual se utilizan documentos personales como autobiografías, cartas, sueños y otras producciones personales.

2.3 Método Cualitativo

La metodología cualitativa está basada en la observación, y descripción de un fenómeno social esto incluye situaciones, momentos, personas, grupos, en donde se procura captar el sentido que los participantes dan a sus actos, ideas, pensamientos y sentimientos.

Cook y Reichardt (1995), consideran entre los métodos cualitativos a los estudios de caso, las entrevistas a profundidad, la observación participante y la investigación acción.

Una primera característica de estos métodos se manifiesta en su estrategia para tratar de conocer los hechos, procesos, estructuras y personas en su totalidad, y no a través de la medición de algunos de sus elementos. La misma estrategia indica ya el empleo de procedimientos que dan un carácter único a las observaciones.

La segunda característica es el uso de procedimientos que hacen menos comparables las observaciones en el tiempo y en diferentes circunstancias culturales, este método se acerca más a la fenomenología y al interaccionismo simbólico.

La elección del método cualitativo depende principalmente de la pregunta de investigación, que en este caso propone el terapeuta y está enfocada al ¿qué? Y al ¿cómo? de los fenómenos.

La segunda razón por la que se elige este tipo de investigación es porque el fenómeno que necesita ser explorado es complicado, y para identificar las variables se busca mantenerlo en su contexto natural.

Otro motivo es por escribir con un estilo literario, a través del cual se pueda interpelar directamente al paciente y la elección del lector tipo al que va dirigido este texto; que debe estar relacionado con este método (Creswell, 1999).

La metodología cualitativa cuenta con varias técnicas para analizar los datos obtenidos, entre ellas encontramos: biografía, fenomenología, estudio de caso.

Para este trabajo se eligió la técnica de análisis de estudio de caso, que consiste en un método empleado para estudiar a un individuo o a una institución en un entorno o situación único y de forma lo más intensa y detallada posible.

Es una investigación a la que se le define como descriptiva, es decir, describe la situación en el momento en que se realiza el estudio. El concepto “único” es porque el investigador está tan interesado en las decisiones que rodean a la persona como en la persona misma. Es la calidad de unicidad lo que separa a esa persona (y al caso) de otras Creswell, (1999)

Un pionero en el uso de los estudios de caso fue el médico conocido como el padre del psicoanálisis, Sigmund Freud. Los estudios de caso son una forma única de capturar información acerca de la conducta humana por varias razones. Como son:

Primero porque los estudios de caso se enfocan hacia un solo individuo, lo que permite un examen y escrutinio muy de cerca y la recopilación de una gran cantidad de datos detallados. Es por eso que se utilizan mucho como método para situaciones clínicas.

Como segunda razón, los estudios de caso fomentan el uso de varias técnicas distintas para obtener la información necesaria, las cuales van desde las observaciones personales hasta las entrevistas de otras personas que podrían conocer el objetivo del estudio de caso y los expedientes relacionados.

La tercera razón es porque no hay mejor manera de obtener una imagen más completa de lo que está ocurriendo que a través de un estudio de caso. Esto es lo que hizo Freud en sus primeros trabajos porque él no podía haber usado un cuestionario para preguntar acerca de los sueños de sus pacientes, ni era concebible alcanzar su nivel de análisis, utilizando algo que no fuera un escrutinio intensivo de los detalles aparentemente más insignificantes de la psicodinamia del ser humano.

La cuarta razón, si bien los estudios de caso no prueban hipótesis, sugieren direcciones para estudios subsecuentes y nos proporcionan mayor profundidad.

2.4 Participante

Para salvaguardar la identidad del paciente se utilizó un nombre ficticio.

Los datos que pudieran revelar la identidad del paciente han sido modificados y se han omitido los aspectos que pudiesen contribuir a establecer cualquier identificación personal.

La persona que se presenta en este estudio, es un hombre de 25 años de edad, cuenta con estudios de licenciatura concluidos satisfactoriamente y desempeñándose laboralmente en un área acorde a sus estudios, de un nivel socioeconómico medio alto.

2.5 Escenario

Se trabajó en un consultorio privado, siendo un espacio con ventilación e iluminación adecuada, así como con un mobiliario cómodo consistente en un sofá para el paciente y un sillón para el terapeuta.

2.6 Diseño

Es un estudio de caso único

2.7 Forma de demanda

La demanda fue hecha por el paciente a través de la recomendación de otro paciente.

2.8 Encuadre

Consistió en psicoterapia psicodinámica con orientación psicoanalítica de una sesión por semana, cada sesión de 50 minutos a una hora de duración. Se le pidió que hablara de todo lo que le viniera a la mente sin importar que pareciera que no tenía importancia, se le dijo que en caso de no asistir a su sesión, esta sería cobrada con excepción de que fuera cancelada con un día de anticipación o por alguna emergencia.

2.9 Número de sesiones

El número de sesiones llevadas a cabo hasta el momento de realizar el reporte fue de 85.

CAPÍTULO 3. PRESENTACIÓN DEL CASO

3.1 Ficha de identificación

Nombre: Julio (seudónimo)

Edad: 25 años

Sexo: Masculino

Escolaridad: Licenciatura

Ocupación: Gerente en una empresa

3.2 Motivo de consulta

Julio acude a psicoterapia por un constante malestar, depresión y enojo porque su novia Irene de 23 años dio por terminada su relación de noviazgo (de cuatro años) ante lo cual él quedó desconcertado y sorprendido, pero luego se sintió muy dolido, triste sin entender porque ella tomó una decisión así, porque no buscó otras alternativas de solución a sus conflictos, además de considerar exagerados los motivos por los cuales decidió separarse e injustificadas las acusaciones hacia él, al decirle que veía poco interés de su parte hacia la relación y hacia ella y sobre todo cuando intentaba expresarle su sentir y pensar.

Descripción del paciente

Julio se presenta con buen aliño e higiene personal, aunque visiblemente decaído, con un semblante de angustia y tristeza, en las primeras sesiones.

3.3 Historia Familiar

Durante el transcurso de las sesiones, se ha indagado acerca de la historia familiar de Julio, quien al iniciar la psicoterapia estaba viviendo con sus padres y dos hermanas:

			Ocupación
Mamá	Sonia	53 años	Hogar
Papá	Juan	57 años	Comercio
Hermanas	Susana	19 años	Estudiante
	Sandra	21 años	estudiante

Ambos padres son de provincia y se conocieron en la Ciudad de México, casándose al año de conocerse. Su papá padece de alcoholismo desde su juventud iniciando a los 17 años y se fue agudizando después de casarse, conforme aumentaron los conflictos con su esposa, lo cual afectó a Julio desde niño al estar siendo víctima de la violencia intrafamiliar que consistía en constantes discusiones, gritos, insultos, amenazas, entre sus padres, además del dejarse de hablar por varios días y utilizando de interlocutores y mediadores a sus hijos.

Luego de varias sesiones en que trabajamos sobre la relación entre sus padres, nos damos cuenta de cómo su mamá es quien generalmente provoca al padre de una manera sutil al estarle pidiendo constantemente dinero quejándose de que no le alcanza lo que le da y aunque algunas veces le da más dinero generalmente el señor se queda callado pero en algunas ocasiones termina por explotar ante las insistentes reclamos y comentarios de su esposa quien comienza a decirle sobre como los esposos de sus amigas ganan más dinero y por lo tanto les pueden dar más dinero a sus esposas además de no tirar el dinero en el alcohol, como él lo hace y dándole una mejor vida a sus familias con lo cual su esposo comienza a insultarla, gritándole groserías, acusándola de ser materialista e interesada solo en el dinero, en comprar cosas, siendo egoísta porque nunca le ha importado su esposo y terminando por amenazarla con quitarle sus joyas, auto y dinero.

En otras ocasiones el padre de Julio explota en ira cuando su esposa le insiste que no tome más de dos copas y él reacciona culpándola de querer controlarlo, sin importarle lo que le pasa. En ocasiones ambos padres llaman a sus hijos en medio de las discusiones para acusar al otro de algo que los ofendió o para

decirles quien tiene la razón y su mamá ha utilizado a Julio desde niño para mandarlo a calmar a su papá cuando esta muy enojado o para cuidarlo cuando esta muy alcoholizado.

En dos ocasiones el papá ha cacheteado a su esposa y en una de esas ocasiones cuando Julio tenía ocho años se fue con su mamá a la casa de sus padres, durante un mes pero se regresó porque se peleaba constantemente con su abuelo de Julio, quien era militar y su hija lo consideraba machista y abusivo con su esposa quien era sumisa y abnegada por lo cual su mamá de Julio se fue de su casa a los 17 años, viviendo con unos tíos. Después de irse un mes regresaron con el papá de Julio y volvieron las peleas. Al iniciar sus sesiones Julio culpaba a su padre de los problemas en su familia, por su alcoholismo poniéndose del lado de su mamá a quien defendía en ocasiones, ante lo cual su papá no se molestaba con él y solo le pedía no meterse aunque a veces se disculpaba con él por estarlo afectando.

La imagen que tenía Julio de su mamá al iniciar la psicoterapia era de una mujer de carácter, luchona pero que había sufrido mucho desde niña y por el alcoholismo de su papá, aunque no recordaba situaciones de cercanía afectiva con su mamá, si recordaba como según él dice “era como su chofer” para llevarlo a él y sus hermanas a la natación, pintura, futbol, aunque sentía que su mamá prefería a sus hermanas presentándoles más atención y recuerda cuando el intentó acercarse algunas veces cuando su mamá estaba con sus hermanas siendo niño, recuerda como su mamá lo alejaba de ellas diciéndole que se fuera con su papá pues era reunión de mujeres, sintiéndose triste y enojado.

Con su papá empezó a recuperar en la psicoterapia recuerdos gratos con su padre dándose cuenta de cómo había tenido una buena relación en su infancia y niñez con su padre, hasta que en la adolescencia se fue alejando de él. Logrando recordar como a su papá lo sintió más cercano, afectuoso diciéndole que era lo más importante en su vida, teniéndole mucha paciencia jugando con él, platicando interesándose en lo que hacia en la escuela ayudándole en sus tareas, asistiendo

a sus juntas escolares y festivales donde él salía en algún bailable u obra de teatro, y también lo veía acercarse a sus hermanas aunque ellas pasaban más tiempo con su mamá y se fueron alejando de su papá, estando muy resentidas con él aunque su papá los trataba bien y nunca las golpeó a ellas, ni a él.

Desde niño se refugió en los estudios, al encontrar ciertas satisfacciones, logrando el reconocimiento de sus maestros y padres quienes lo motivaban a seguirse preparando y superando aunque tenía problemas en su relación con sus compañeros sintiéndose desconfiado creyendo, que lo veían “raro” y hablaban mal de él, siendo hasta su adolescencia cuando pudo establecer una relación cercana con dos amigos vecinos de donde vivía, con quienes pasaba mucho tiempo en casa de ellos, lo cual le ayudó a salir un poco de su encierro. Recordando algunas veces invitar a sus amigos a su casa pero dejó de llevarlos porque su mamá se molestaba de que hicieran ruido y le advertía de no confiar en sus amigos porque le podían robar sus cosas, además de que los amigos tienden a traicionar como lo habían hecho con ella sus amistades, pese a esto Julio aún conserva la amistad con sus dos amigos y de hecho uno de sus amigos habló con él sobre sus problemas y le recomendó acudir a psicoterapia conmigo.

Julio recuerda como su mamá se volvió más exigente, demandante cuando empezó a trabajar y salir con su novia, pidiéndole más dinero, tiempo, además de hacerle comentarios desagradables sobre su novia, ante lo cual Julio reaccionaba muy enojado y su mamá llorando criticaba su actitud con constantes, reclamos haciéndolo sentir culpable a él optando por ya no decirle nada durante un tiempo, aunque volvía a enojarse gritarle y reclamarle a su mamá, queriendo convencerla de sus errores y que le diera la razón siendo muy frustrante para él pues su mamá se aferraba a tener la razón, y cuando se ponía a llorar dejaba de discutir con ella.

3.4 Impresión Diagnóstica

El paciente presenta una depresión precipitada por la pérdida de su relación de noviazgo, luego de venir padeciendo desde su infancia de violencia intrafamiliar

por las constantes peleas de sus padres quienes se gritan, insultan y amenazan, estableciéndose desde niño una dependencia con su madre por el descuido de sus necesidades afectivas además de resentir su frialdad, su actitud ajena, distante, de rechazo, utilitaria, e influenciándolo negativamente contra su padre quedándose atrapado en una relación ambivalente con la mujer-madre, sintiendo enojo y miedo en la relación con las mujeres, a la vez una gran necesidad de su aceptación, afecto como le ha estado sucediendo con su novia. Además de presentarse enajenado, ensimismado, sintiéndose inseguro, devaluado y con desconfianza en él mismo así como en sus relaciones interpersonales.

3.5 Tratamiento

El tratamiento esta sustentado en la psicoterapia psicodinámica con orientación psicoanalítica cara a cara, iniciando con dos sesiones a la semana de 50 minutos cada una de ellas durante los primeros dos meses y posteriormente una sesión a la semana.

CAPÍTULO 4 COMPRENSIÓN DEL PRIMER SUEÑO

4.1 Relato del primer sueño en psicoterapia del paciente.

A continuación se presenta el primer sueño de Julio en psicoterapia, dos días después de nuestra primera entrevista:

Me encontraba con Irene en la cárcel y alguien nos acusaba del asesinato del gobernador del estado de México (lo cual era mentira) ante lo cual me angustiaba mucho y me preocupaba mi futuro.

Después llegaban compañeros de mi trabajo diciendo que también habíamos matado a mi jefe y al escucharlos decir eso me ponía muy nervioso e incluso lloraba, con lo cual convencía al juez de mi inocencia y me dejaba ir diciendo que ella había sido la asesina, pero lo decía sin ningún remordimiento, mientras a mi me dejaban irme, a ella se la llevaban y ella se carcajeaba como lo hacen las brujas, quedándome muy triste y llorando al saberla perdida y también sin comprender por qué me había engañado.

4.2 Abordaje inicial del sueño manifiesto

En cuanto a lo ocurrido en el sueño manifiesto se puede ver como se da en la grandiosidad compensatoria un atentado en contra del hombre-autoridad y luego se organiza un complot en contra de Julio orquestado por la mujer ante lo cual se tiende a victimizar.

El sueño manifiesto nos sugiere muchas líneas de indagación en cuanto a:

¿Cómo llegó a esa cárcel, prisión?

¿En qué cárcel, encierro se encuentra?

¿Ante qué complot real ó ilusorio se encuentra?

¿Quién atenta contra el hombre?

- ¿La conflictiva central está en relación con la mujer?
- ¿Quién es realmente Irene, acaso es como la presenta en el sueño?
- ¿Qué lo llevó a esa situación con la mujer?
- ¿De donde viene y como se ha dado su victimización?
- ¿Por qué la mujer actúa así, contra el hombre?
- ¿Cómo se originó la grandiosidad?
- ¿El sueño revelará un afán de venganza contra el hombre y la mujer?

Viendo al sueño, los afectos explícitos que nos comunica son:

- Angustia
- Preocupación
- Culpabilidad
- Tristeza

Los afectos implícitos que comunica son:

- Encierro
- Miedo
- Engaño
- Grandiosidad
- Impotencia
- Victimización
- Chantaje
- Evasión
- Sarcasmo
- Desengaño
- Desilusión
- Confusión
- Ambivalencia
- Desconcierto

4.3 La comprensión del sueño y sus implicaciones en el diagnóstico y la intervención.

Lo que es evidente en el sueño es su conflicto con la mujer Irene, a quien vive en el sueño como una mujer hipócrita, fría, sarcástica, distante y amenazante, a la vez que se siente triste al saberla perdida.

Encontramos de inicio una relación directa de su sueño con el motivo de consulta, al llegar a la sesión muy triste, dolido, confundido y enojado con su novia porque decidió dar por terminada su relación de noviazgo luego de cuatro años de relación, sin que hubiera una razón de peso, calificando de exageradas las razones que ella le daba quejándose además de que ella no le dio una oportunidad para intentar juntos resolver sus problemas, culpándola de la separación con lo cual en esta primera sesión y con ayuda del primer sueño se pudo establecer en él una tendencia a victimizarse y justificarse para eludir su responsabilidad, ya que posteriormente, conforme fuimos avanzando en las sesiones, se fue aclarando la situación con su novia y su primer sueño fue señalando elementos a considerar y explorar en las primeras sesiones lo que se confirma posteriormente.

También en este primer sueño se evidencia el devenir de la transferencia con el hombre-terapeuta autoridad-juez a quien espera convencerlo de su inocencia que dictamine a su favor y pueda liberarlo de toda culpa, por lo cual en esa primera sesión se presenta como una víctima que ha sido tratado injustamente por su novia, sin embargo en las sesiones subsecuentes el mismo va ofreciendo los antecedentes de la relación con que llevaron a su novia a tomar la decisión de terminar.

Julio comenzó su relación de noviazgo con Irene desde hacia cuatro años y desde el inicio de la relación, él tuvo problemas con su mamá, quien no terminaba por aprobar su relación pues aunque se comportaba muy bien frente a su novia pero

cuando no estaba presente Irene solía hacer comentarios negativos criticando su forma de vestirse, la situación económica de sus padres por lo cual, Julio merecía una mujer de mayor categoría ante esto Julio reaccionaba conteniendo su enojo algunas veces y en otras tratando de convencer a su mamá de lo errado de sus apreciaciones sobre su novia, pero su mamá insistía en seguirla criticando además de quejarse de ya no comprarle cosas, ya no llevarla a comer desde que tenía novia pero Julio no se había atrevido a ver tal cual a su madre y por consecuencia tampoco a enfrentarla en lo psíquico y en lo cotidiano porque su deseo de aceptación, lo dejó atrapado en el miedo al rechazo, esperando algún día su aceptación.

Siendo niño tuvo que asumirse como “el malo” para poder defender su integridad psíquica ante la amenaza de reconocer como su mamá lo rechazaba y utilizaba.

Posteriormente en el desarrollo de las sesiones el paciente va relacionando estos conflictos con su mamá, con sus conflictos con Irene al recordar que cinco meses antes de su ruptura con su novia, su mamá le insinuó a Julio sobre sus sospechas hacia su novia por haber estado ella, el día que se le perdieron quinientos pesos; lo cual provocó en Julio enojo, discutiendo con su mamá y al final decidió salirse de su casa y así lo hizo por dos semanas pero se vio obligado a regresar porque no tenía dinero suficiente para solventar todos sus gastos. También recordó que en ese tiempo estaba muy estresado, se sentía muy presionado en su trabajo, teniendo problemas con su jefe, quien lo amenazó con despedirlo si seguía cometiendo errores y diciéndole que mejor se concentrara en hacer mejor su trabajo, reconociendo ante su jefe sus fallas y comprometiéndose a mejorar, pero se quedó preocupado; sin decirle nada a su novia, por temor a perder valía ante ella, luego de sentirse muy bien ante ella anteriormente al conseguir ese trabajo, con un mejor sueldo. Pero su nueva confianza en su éxito laboral, resultó ilusoria al empezar a tener un futuro incierto en su trabajo lo que lo hizo estar con mucha inseguridad, miedo y desconfianza, respecto de su valía ante la mujer empezando a experimentar un antiguo sentimiento de inferioridad ante la mujer, que encubrió con el enojo por lo cual se distanció y alejó de su novia, cerrándose ante los

cuestionamientos de ella quedándose ensimismado y rechazando sus propios sentimientos, así como los de su novia quien le expresaba su malestar, tristeza al estarlo sintiendo distante, ajeno e indiferente hacia la relación y hacia ella en los últimos cinco meses, hasta que ella se hartó de insistir decidiendo dar por terminada su relación.

Luego de iniciar la psicoterapia y apoyándonos en el primer sueño junto con la comprensión de su vida, nos fue quedando claro lo qué había estado pasando en su relación de noviazgo y como la victimización de su sueño, correspondía a la misma de su madre y la presentada al inicio de la psicoterapia conmigo, ante lo cual Julio comenzó a tomar conciencia de su responsabilidad en su vida en general y en lo particular en lo que había estado haciendo, en la relación con su novia, así como en lo que no había estado haciendo dejando de culpar a su novia, asumiendo como él había estado descuidando su relación, por sus conflictos, dejando de tener atenciones, detalles con Irene, dejando de abrirse con ella a su verdadero sentir, mostrándose tal cual en lugar de encerrarse, ya sin escucharla pese a la insistencia de ella por saber más de él.

Así también las primeras sesiones, trabajamos la relación con su novia tomando como referente el primer sueño en donde la presenta como una mujer fría, distante, sarcástica y amenazante, pero al cuestionarlo respecto a lo que él había estado conociendo de su novia y quien era la mujer de su sueño, él logra reconocerla como una mujer muy diferente a su novia con la mujer del sueño, pudiendo revalorar a Irene a lo largo de las sesiones al destacar de ella su alegría, tranquilidad, sensibilidad, sencillez, humildad, su actitud luchona y lo afectuosa que había sido con él. Con lo cual ella le había ayudado mucho a ganar más confianza en el mismo, al sentirse reconocido, aceptado, valorado por ella.

Al inicio de la relación con Irene se sentía muy inseguro, y en general desconfiado de acercarse a las mujeres, aunque había tenido dos noviazgos anteriormente con ninguna de las dos novias se logró involucrar como lo hizo con Irene, recordando incluso como él fue quien se acercó a Irene, la invitó a salir, para

posteriormente al mes pedirle ser su novia, en cambio con sus dos novias anteriores ellas se le habían acercado para salir y quienes le pidieron ser novios, así también ellas dieron por terminada la relación a los pocos meses porque perdieron el interés.

Durante los cuatro años de relación con Irene, él reconoce haber aprendido mucho con ella al compartir infinidad de pláticas, diálogos interesantes y amenos, poder viajar juntos, jugar, reír y llorar juntos; incluso en lo sexual ganó mucha confianza y seguridad, porque anteriormente se sentía inseguro, preocupado por su desempeño queriendo saber con sus dos novias anteriores si había podido satisfacerlas a diferencia de cómo se había sentido con Irene, al dejar de estar ansioso e inseguro, logrando soltarse a disfrutar su sexualidad, sintiéndose muy cómodo, a gusto con ella y ambos compartiendo su satisfacción, pero al terminar su relación con Irene volvió a sentirse inseguro y preocupado de cómo sería su desempeño sexual con otra mujer.

También le agradaba estar con Irene porque cuando llegaron a tener conflictos los podían hablar para conciliar sus diferencias alcanzando un punto de acuerdo, aunque algunas ocasiones reconoce haber abusado de cierta timidez, inhibición e inseguridad de Irene cuando él la confrontaba fuertemente al criticarlo de necio y enojón ante lo cual respondía que él era así pero si no le gustaba, entonces que hacia con él y mejor se fuera, sabiendo que no se iría (al sentirla muy segura).

Se mostraba en una actitud arrogante y con rasgos narcisistas cuando ella lo terminó, no podía creer como fue que ella se atrevió ya que, no se lo esperaba, llegando a la primera sesión con esta herida narcisista y en un inicio siendo difícil que él tomara conciencia de su conflictiva por lo cual estuviera distorsionando la imagen real de su novia y proyectando en ella sus conflictos personales en relación con su dependencia emocional a su madre, de la cual trae internalizada su influencia negativa y aunque la relación con Irene le estaba ayudando a darse cuenta de la fuerte conflictiva con su mamá, eran más fuertes las resistencias, negación al estar muy enraizada en lo inconsciente su conflictiva.

La ruptura con Irene, lo hizo buscar ayuda y junto con el trabajo de los sueños; en especial el trabajo con el primer sueño nos ha sido de mucha ayuda para Julio para su cambio, por ejemplo en poder ver tal cual a su madre para empezar a enfrentarla en lo psíquico y en lo real separando de esto a Irene, pudiendo comprender a partir de su primer sueño, lo que estaba transfiriendo de su mamá hacia Irene, mostrándose ante ella con miedo sin atreverse a decirle su sentir, viviéndose vulnerable y amenazado pero evadiéndolo, tapándolo con su actitud arrogante y tendencia narcisista correspondiendo a la grandiosidad mostrada en el primer sueño entendiéndose como una forma compensatoria a sus carencias afectivas y de valorización quedándose en una actitud ajena, ensimismada, sin darle importancia a lo que ella le quería decir, ni a lo que él estaba sintiendo pues solo pudo expresar su hartazgo respecto a las actitudes de su mamá, por lo cual decidió salirse de su casa pero no le compartió todo el enojo, miedo, desamparo; angustia e incertidumbre ante su conflictiva familiar, laboral y existencial. Aunque terminó sacándolo contra su novia, viéndola como una bruja malvada en su primer sueño, siendo un símbolo universal derivado de los cuentos, historias leyendas contados a los niños de todos los tiempo, siendo una figura terrible, angustiante, peligrosa que despierta miedo, hostilidad y deseos de vencerla, correspondiendo lo anterior a la conflictiva con su madre, siendo una mujer resentida con el hombre, temida y odiada, estableciendo una relación de rebeldía y sumisión originada en su infancia.

Por otra parte Julio relaciona, asocia la cárcel de su sueño con una sensación de cómo se ha sentido en ocasiones en su casa y en su vida atrapado sin salida y también en muchas situaciones desagradables, como las sufridas en su infancia con sus padres, así como se estaba sintiendo al iniciar su psicoterapia por su situación familiar, laboral y con Irene; lo cual nos lleva a retomar la cárcel como un símbolo universal expresando una disposición de ánimo de impotencia, temor, culpa, tristeza, angustia en donde se siente atrapado, aunque su encierro momentáneo en el sueño nos sugiere ese recelo y desconfianza hacia los demás, quedándose en la enajenación mostrándose distante y ajeno consigo mismo y con las demás personas, manteniéndose a la defensiva; por lo cual no se había podido

relacionar amistosamente, con camaradería con otro hombre al estarse maltratando como lo vemos en su sueño en donde se atenta contra el hombre, sin embargo esto no significa que no pueda darse un dialogo o que no se puedan ir dando lazos afectivos de mutua simpatía con los demás.

En su primer sueño también asocia al gobernador del estado de México con su papá al encontrarlos físicamente muy parecidos lo cual hace evidente como se ha estado atentando contra el hombre-padre desde su niñez por parte de la mujer-madre y ante lo cual él se ha puesto como aliado de la mujer-madre en contra del hombre-padre, y a partir de estas asociaciones Julio pudo recordar a su padre como una persona afectuosa, cercana, atenta en su infancia, empezando a rescatar la relación con su papá, separando de él y su padre los conflictos de ambos con la mujer-madre.

Con sus compañeros de trabajo relaciona su desconfianza hacia las personas, en como se ha sentido a la defensiva con ellos, recordando como al llegar a su nuevo trabajo se encontró con un excompañero de su secundaria en donde él se sintió muy inseguro y desconfiado porque muchos lo veían como alguien “raro” y de difícil trato pues él se mantenía apartado, ajeno, distante y ensimismado, por lo cual tenía miedo de que hablara mal de él con sus otros compañeros de trabajo y lo empezaran a tratar diferente lo cual no sucedió, si no todo lo contrario al ser muy bien recibido desde el principio y actualmente el trato es atento, cordial y amistoso; pese a lo cual se mostraba incrédulo siendo evidente su falta de confianza en él mismo y hacia los otros, como lo evidencia en su sueño.

Actualmente a un año y medio de iniciado el tratamiento el paciente sigue en psicoterapia, logrando abrirse a dialogar con su novia, especialmente con base en lo que hemos ido aclarando en sus sesiones, asumiendo su responsabilidad en lo que vino dándose en la relación desde hace cinco meses y luego de estar dialogando por tres meses aclarando su situación decidieron darse una nueva oportunidad para rescatar su relación, aún con los miedos, desconfianza que ha estado surgiendo ante su novia, pero gracias al trabajo previo, apoyado en el

primer sueño, su inteligencia, recursos capacidad de insight hemos podido seguir avanzando para ganar confianza en él mismo, con base a su autoconocimiento y comprensión de lo que le ha estado afectando en su vida, atreviéndose a confiar en el tratamiento y en mi como su psicoterapeuta al estar cooperando activamente en sus sesiones y confesándome en algún momento de sus pláticas con Irene (para ver si regresan) como sintió que lo asaltaba un miedo terrible logrando expresarlo en psicoterapia, y como lo sentía al ver la posibilidad de volver a acercarse otra vez a Irene, e incluso en algún momento me pudo contar como llegó a fantasear con querer regresar con ella, nada más para terminarla él, como una forma de desquite, venganza y lo cual pudimos analizar a la luz de su primer sueño, junto con su conflictiva con la mujer-madre.

A un año y medio del inicio de su proceso psicoterapéutico el paciente ha ido logrando una mejoría clínica al ir presentando cambios significativos en su relación con él mismo, con la mujer y el hombre. Ha logrado acercarse a su padre, llevando una mejor relación, y con su madre a podido enfrentarla como adulto, poniéndole límites y logrando hablar con ambos padres de manera tranquila para comunicarles su decisión de salirse de su casa, por lo cual tiene seis meses ya viviendo sólo.

Siendo el primer sueño del paciente de valiosa ayuda en el establecimiento del diagnóstico y quedando como un referente obligado para ir evaluando sus cambios en cuanto a sus avances y retrocesos.

De acuerdo al sentido anagógico que nos marca el primer sueño necesito seguir orientando el trabajo psicoterapéutico hacia la progresión del paciente en cuanto al logro de una mayor y mejor individuación, trabajando en seguir rompiendo con sus ataduras dependencias, limitantes en el ejercicio de su libertad y responsabilidad, que le permitan aprender a amarse y amar a los demás, con base a su autoconocimiento y recuperación de su confianza.

Es importante el seguir trabajando con el paciente la dependencia emocional a su madre, lo cual es un proceso lento, difícil y lleno de complicaciones, pero es necesario enfrentarlo e irlo superando para que el paciente pueda mejorar en su proceso de lograr mayor autonomía e independencia.

CAPÍTULO 5 ANALISIS Y DISCUSIÓN

En la relación entre hijos y padres es donde se originan ciertos conflictos y, como en el caso de Julio, al llegar a la juventud se hacen más evidentes aunque él no se había dado cuenta hasta que punto había sido influenciado negativamente por la relación con su madre, de la cual no era conciente estableciéndose una fuerte dependencia emocional que afectaba su relación con los demás especialmente con las mujeres. Por lo cual el sueño de Julio sugiere explícitamente la visión que tiene sobre la mujer, a quien ve a través de los conflictos sin resolver con su madre, empezando porque le ha sido difícil verla tal cual, sí con virtudes pero también con sus defectos en su frialdad, desinterés en lo humano, su actitud ajena, distante que le afectó desde niño, quedándose ahora en su juventud en una situación ambivalente hacia la mujer-madre, con una ira, enojo que teme expresar y había sido reprimida, resultándole extraña a su mentalidad consciente.

Al ir avanzando en las sesiones psicoterapéuticas, se fue logrando comprender mejor el sueño así como la causa que precipitó el sueño por lo cual el paciente llegó a su primera sesión triste, enojado y victimizándose ante la reciente ruptura de su noviazgo con Irene, quien decidió dar por terminada la relación al ver que Julio no reaccionaba, no se responsabilizaba de sus acciones que venían afectando la relación desde cinco meses atrás en que ella le insistía hacer algo por la relación.

Llega desde su primera sesión buscando mi ayuda como psicoterapeuta-juez; como vimos en su sueño esperando que gracias a su victimización lograra chantajearme para culpar a la mujer de su sufrimiento, sin asumir su responsabilidad en su relación de pareja, por lo tanto su ira, enojo contra su madre y su novia, en estricto sentido es irracional al ser en gran parte por su incapacidad para liberarse de la dependencia y hacerse autónomo e independiente con un criterio propio, así como responsable de su vida, de su bienestar consigo mismo.

Al quedarse atorado en la constelación sumisión-dominio con la consecuente ira y enojo que al poder ir expresando en sus sesiones, le ha ido ayudando a establecer una saludable rebelión, empezando a poner límites a su madre y decidir salirse de la casa de sus padres para vivir sólo, necesitando ocuparse de su vida comenzando a dar sus primeros pasos hacia su libertad.

La ira, el enojo reprimido es un síntoma de falta de autoafirmación, a su vez generalmente el enojo y la ira encubren miedo; y Julio por miedo a su madre reprimió su ira, siendo su deseo, un anhelo de amor materno y a la vez su temor al rechazo, al ser utilizado por su madre, lo que le hace depender de la mujer-madre, porque a menudo deseamos algo que se encuentra arraigado en nuestra debilidad para compensarlo, siendo evidente como se fue encerrando en una cárcel, como en el sueño parece representarse por la imagen que tienen los otros de él, el estatus, situación económica que su mamá le enseñó a sobrevalorar y en función de lo cual el hombre vale o no vale, convirtiéndose en un ser humano enajenado; quien no se siente fuerte, está temeroso y/o inhibido, que no se experimenta a sí mismo como el sujeto activo originador de sus propios actos y experiencias, por lo tanto sin poder valorarse a sí mismo. Poco a poco descubrimos que nunca se había ocupado de él mismo, de autoafirmarse, sólo se centró en sus estudios pero utilizándolos para aislarse, notando que sus compañeros lo veían “raro” observándolos hablar de él y por lo cual se sentía incomodo e inseguro.

También su sueño nos revela su actitud ante las figuras de autoridad a quienes desprecia, ataca como su sueño a la figura del gobernador mostrándose desconfiado, evasivo y al mismo tiempo sumiso, necesitando de su ayuda, de su aprobación, convirtiéndose con esto él mismo en su peor enemigo, sin poder solidarizarse consigo mismo, ni y con los demás. En algún momento de su infancia se comenzó a distanciar de su padre por la influencia de su madre, eclipsando la figura paterna viéndola como un hombre devaluado, abusivo, culpable, malo a quien temía y desconocía sin poder darse cuenta de cómo en alguna medida era lo transmitido por su madre víctima en contra del padre, pero a partir del primer sueño de Julio, junto con los recuerdos de su infancia con el padre, pudimos

rescatar la relación cercana, atenta, afectuosa y paciente que si tuvo con su padre en contraste con la relación fría, distante, ajena de su madre.

Había ya percibido algunas actitudes defensivas en él, desde el inicio de la psicoterapia. Por ejemplo, le preocupaban los honorarios a pesar de que se le propuso una cantidad que podía solventar sin problema, expresaba sentirse extraño al hablar de su vida con una persona desconocida para él y dada esta desconfianza el trabajo con su primer sueño ayudó mucho a que Julio me permitiera entrar a su mundo, al irse sorprendiendo él mismo de lo que nos revelaba su sueño, lo cual fuimos confirmando con sus recuerdos que recuperó de su papá, buscando acercarse a su papá e interesándose en conocerlo mejor y todo.

Lo anterior me ayudó a estar preparado en el devenir de la transferencia para poder irme adelantando a plantearle como lo iba percibiendo desconfiado como en su primer sueño, estando a la defensiva, desconfiado conmigo y con las demás personas, en especial con quien se le acercaba más, como sucedió con su novia y ahora conmigo, lo cual ayudó a la toma de conciencia de su conflictiva y responsabilizándose de su autoconocimiento para poder trabajar en la recuperación de la confianza en él mismo sin lo cual no podría confiar en los otros, al no saber en quien puede confiar y en quien no.

Si tratamos de comprender globalmente el sueño tomando en cuenta los motivos por los cuales acudió el paciente a tratamiento, los antecedentes y el momento en que se presenta el primer sueño, sus asociaciones, personalidad, los elementos de su vida necesarios para la comprensión de su lenguaje onírico, así como sus circunstancias, los símbolos utilizados; podría decir que se trata de un sueño que expresa el conflicto medular del soñante en donde, si el paciente tradujera su sueño al lenguaje directo, diría:

Nací en una casa que más bien parecía cárcel quedando en medio de los conflictos de mis padres, donde mi madre me utilizó, traicionó con su rechazo y

me hizo sentir culpable si no la seguía e incluso me puso en contra del hombre padre y de mí, quedando en un estado de enajenación por la dependencia a mi madre lo cual me dejó con mucha desconfianza y desvalorización, así como conflictos en mi relación con los demás y en especial con la mujer-novia.

Considero de mucha importancia la comprensión del primer sueño en psicoterapia para integrarlo en el trabajo clínico, porque como en el caso presentado, es de valiosa ayuda en el establecimiento del diagnóstico, para adecuar, modular, dar el tiempo necesario a mis intervenciones, así como en el irme preparando al devenir de la transferencia e ir rompiendo con su defensividad y en el establecimiento de la alianza terapéutica.

CAPÍTULO 6 CONCLUSIONES

Percibimos el sueño como una experiencia que nos permite remontarnos hacia la fuente de las emociones que generan nuestros estados mentales. Recíprocamente, al reconocer las emociones generadoras del sueño podemos descubrir la génesis de las experiencias íntimas de nuestra mente. Las emociones subyacentes en el sueño nos revelan las relaciones entre el sueño y la vida del soñante.

Luego del trabajo presentado podemos decir que con la comprensión paulatina del primer sueño podemos ir comprendiendo más de la vida del soñante en su estado de vigilia y también conforme fuimos conociendo más de la vida del soñante en su estado de vigilia, pudimos comprender más su primer sueño.

El marco teórico conceptual adquirido a lo largo de mi formación en la maestría me ayudó a ir desentrañando el proceso de elaboración del sueño y su significado profundo, lo que me permitió complementarlo con el conocimiento de la vida del paciente para poder establecer un diagnóstico, así como para modular y adecuar mis intervenciones.

Destacándose la importancia del primer sueño del paciente en psicoterapia al poderlo integrar en mi práctica profesional, porque en los sueños se conforma un nexo indudable entre lo que ocurre en el sueño y los rasgos de personalidad, así como de sus trastornos, entendiendo que el síntoma no resulta ajeno a la psicopatología, desde lo más leve hasta lo más grave, llegando a la conclusión de que, gracias al nexo entre el estado emocional del soñante y lo que se expresa en sus sueños, éstos pueden ser testimonios muy útiles para el trabajo con los pacientes.

En occidente, tendemos a creer que la realidad solo se puede definir en función de datos empíricos, pero existen muchas otras culturas con un enfoque mucho más abierto. Pese a ser totalmente conscientes de la diferencia entre los sueños y la

vigilia, consideran ambos tipos de experiencia igualmente reales y válidos, y creen que los sueños tienen la facultad de ayudarnos a cambiar nuestra vida, si se les logra comprender, para lo cual necesitamos incluir el trabajo con los sueños en nuestra práctica profesional como lo he podido integrar junto con los conocimientos de Psicología Clínica, adquiridos en la maestría.

Las imágenes oníricas trascienden el lenguaje verbal; son metáforas, mucho más ricas y precisas que cualquier afirmación intelectual. Abarcan el vasto campo de los sentimientos y las percepciones que no han sido conceptualizadas. A su vez los sueños ayudan al paciente a incrementar el conocimiento de sí mismo y junto con nuestras intervenciones ayudan a liberar el potencial de aprendizaje que ha estado inhibido, aumentando con esto sus capacidades para ir cambiando.

Los sueños nos ayudan a reeducarnos, al ir comprendiendo su contenido inconsciente, dándonos una guía y orientación hacia la individuación e independencia y el ejercicio de la libertad con responsabilidad. La comprensión de los sueños nos permite ampliar el conocimiento de los pacientes y nos ayuda a vencer las resistencias, así como promover la alianza terapéutica al ser una creación original, auténtica que surge del propio paciente, por lo cual nos ayuda a seguir avanzando en el trabajo psicoterapéutico con los pacientes.

El terapeuta y el paciente juntos, pueden encontrar en los sueños un aprendizaje de la intrincada forma en que la mente durmiente enfoca la vida, para llegar a un crecimiento y confianza creciente en las capacidades propias del paciente para involucrarse en su proceso de cambio y lograr disfrutar su vida.

Aunque el trabajo con sueños requiere de paciencia, esfuerzo y disciplina que nos va dando un marco orientador valioso en la psicoterapia, convirtiéndose en una importante herramienta de trabajo.

Finalmente como se puede ver en el presente trabajo, es necesario estar en relación con la otra persona, frente a frente, en la actitud de un observador participante, siendo un encuentro experiencial en donde se va a repetir vivamente el drama vital del paciente.

En resumen el primer sueño en psicoterapia, es muy importante porque:

1. Nos permite vislumbrar el conflicto central del soñante.
2. Señala áreas a inquirir, indagar, aclarar y comprender a lo largo del proceso psicoterapéutico.
3. Ayuda en el establecimiento del diagnóstico, así como en la modulación, adecuación y tiempo preciso para las intervenciones.
4. Podemos ver al sueño como un símbolo global del ser del soñante y verlo como un “retrato hablado” en el momento del sueño.
5. Su comprensión permite la preparación para el devenir de la transferencia, siendo un apoyo en el establecimiento de la alianza terapéutica.
6. El sueño nos señala elementos que nos servirán de contraste para futuras intervenciones, así como para determinar si hay progresión o regresión en el transcurso y final del proceso psicoterapéutico.
7. Todos los sueños contienen un aspecto positivo, creativo y conllevan un sentido educativo de guía, y orientación a la progresión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Amara, G. (1987). El hombre imposible: anatomía de un psicoanálisis. México. Siglo veintiuno.
2. Amara, G. (2000). Los sueños. México. Editorial Conaculta.
3. Amara, G. (1998). El psicoanálisis. México. Editorial Conaculta.
4. Aramoni, A. (1979). El hombre un ser extraño, hacia una interpretación total de los sueños, Joaquín Mortiz, México, 1979.
5. Becker, R. (1973). Las maquinaciones de la noche. El sueño en la historia. Heder, Barcelona.
6. Barrick, M. (2001). Psicología de los sueños. USA. Summit University Press.
7. Beratis, S. (1984). "The first analytic dream", The International Journal of Psycho-Analysis, vol 65, Londres, 1984.
8. Bonime, W. (1962). The clinical use of dreams. New York: Basic Book, inc. Publisher.
9. Bonime, W. (1972). El uso de los sueños en el compromiso terapéutico de los pacientes. Revista de Psiquiatría. Psicología y Psicoanálisis. México Editorial Fondo de Cultura Económica.
10. Cook, T. y Reichardt, Ch. (1995). Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación educativa. Madrid: Morata.
11. Creswell, J. (1999). Qualitive inquirí and research design, Ed, Sage, London.
12. Dana, R. (1966). Teoría y práctica de la clínica. Buenos Aires. Edit. Paidos.
13. Fernández, C., Baptista, L. (2004). Metodología de la investigación. Chile. Editorial Mc Graw Hill.
14. Fontana, D. (1997). Aprender a soñar. Buenos aires. Editorial Paidos.
15. Freud, S. (1900). La interpretación de los sueños. En Obras Completas Tomo I, II Biblioteca Nueva, Madrid, España.
16. Freud, S. (1900). En Obras completas, vol. IV y V. Amorrourtur Ed. Buenos Aires.
17. Freud, S. (1915). Lecciones Introdutorias al Psicoanálisis. En Obras completas, Tomo VI, Biblioteca Nueva, Madrid España.

18. Freud, S. (1932). Nuevas Lecciones de Psicoanálisis. En Obras completas. Tomo VIII. Biblioteca Nueva. Madrid España.
19. Fromm, E. (1957). El lenguaje Olvidado. Buenos Aires. Editorial Hachette.
20. Fromm, E. (1995). El arte de escuchar. Obra póstuma. México. Editorial Paidos.
21. Fromm, E. (1979). Grandeza y limitaciones del pensamiento de Freud. México; Editorial Siglo XXI.
22. Fromm, E. (1961). El arte de amar, México. Editorial Paidos.
23. Garfield, L. (1979). Psicología Clínica, México: Edit. El Manual Moderno.
24. Gállego, A. (1982). Simposio Internacional sobre la obra de Erich Fromm, Universidad Internacional Mendez Pelayo, Madrid.
25. Hall, C. (1966). El significado de los sueños, New York, Mc Graw Hill.
26. Jung, C. (1911). Símbolos de transformación. Paidós, España.
27. Jung, C. (1915). On Psychological Understanding, Journal of Abnormal Psychology.
28. Jung, C. (1959). El hombre y sus símbolos. Caralt, España.
29. Juvet, M. (1992). "El sueño y los sueños" Fondo de Cultura Económica. 1ª edición en español (1998). México.
30. Krassoievitch, M. (2006). La técnica en el método psicoanalítico de Erich Fromm. México, Editorial DEMAC.
31. Miró, E.; Brela-Casal, G. (2001). Qué es el sueño Madrid, España. Biblioteca Nueva.
32. Silva, G. (1982). Fromm y la Comprensión de los Sueños Simposio Internacional sobre la Obra de Erich Fromm. Universidad Internacional Mendes Pelayo. Madrid España.
33. Ortiz, F. (2000). Freud y los Sueños. México. Mc Graw-Hill Interamericana Editores.
34. Rappaport, E. (1959). "The first dream in an erotized transference, The International Journal of Psycho-Analysis, vol. 40, Londres.