

REVISTA DE
PSICOTERAPIA

EL DISCURSO ONÍRICO

Epoca II, Volumen IX - 2º/3er. trimestre 1998

Ψ Ψ Ψ Ψ Ψ Ψ Ψ € **34/35** Ψ

REVISTA DE PSICOTERAPIA

Director: MANUEL VILLEGAS BESORA

Consejo de Dirección: LLUIS CASADO ESQUIUS, ANA GIMENO-BAYON COBOS, LEONOR PANTINAT GINÉ, RAMON ROSAL CORTES.

Comité de Redacción: MAR GOMEZ MASANA, NEUS LÓPEZ CALATAYUD, SILVIA CASTILLO CUESTA, MARK-DANA MUSE, IGNACIO PRECIADO IGLESIAS, M^a JOSE PUBILL GONZALEZ, M^a ROSA TORRAS CHERTA.

Secretaria de Redacción: EMPAR TORRES AIXALÀ

Consejo Editorial: ALEJANDRO AVILA ESPADA, CRISTINA BOTELLA ARBONA, RENZO CARLI, ISABEL CAROGABALDA, LORETTA CORNEJO PAROLINI, GUILLEM FEIXAS I VIAPLANA, VITTORIO F. GUIDANO, JUAN LUIS LINARES, GIOVANNI LIOTTI, GIOVANNI P. LOMBARDO, FRANCESCO MANCINI, JOSE LUIS MARTORELL YPIENS, MAYTE MIRO BARRACHINA, BERNARDO MORENO JIMENEZ, JOSE NAVARRO GONGORA, LUIGI ONNIS, JAUME SEBASTIAN CAPO, ANTONIO SEMERARI.

Coordinador: LLUIS BOTELLA GARCIA DEL CID.

EDITA:

REVISTA DE PSIQUIATRIA Y PSICOLOGIA HUMANISTA, S.L.

APARTADO DE CORREOS, 90.097 - 08080 BARCELONA

Epoca II, Volumen IX - Nº 34/35 - 2º/3er. trimestre 1998

Esta revista tuvo una época 1ª, desde 1981 hasta 1989, con el título de «Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista», con veintinueve números publicados, veinticinco de ellos monográficos. Ha sido desde sus comienzos un importante medio de difusión de aportaciones psicológicas y terapéuticas relacionadas con los principales modelos de orientación humanista, con un enfoque predominantemente integrador en lo terapéutico, y de fomento de rigor científico en lo teórico.

Los directores anteriores han sido; Andrés Senlle Szodo (1.981-1.984), fundador de la revista; Lluís Casado Esquiús (1.984-1.987), Ramón Rosal Cortés (1.987-1989)

Portada: Ana Gimeno-Bayón Cobos

Autoedición: Gabinete Velasco Tel.: 434 0550 BARCELONA

Impresión: OFFSET INFANTA, S.L.

Josep Taradellas, 101 - 08029 Barcelona - Tel.: (93) 430 23 09

ISSN 1130 - 5142

Depósito Legal: B. 26.892/1981

Precio de este ejemplar 2.000 pts. (incluido I.V.A.)

SUMARIO

EDITORIAL	3
CÓMO LA METÁFORA ESTRUCTURA LOS SUEÑOS George Lakoff	5
EL DISCURSO ONÍRICO: APLICACION DE LAS TECNICAS DE ANALISIS TEXTUAL A LOS SUEÑOS EN PSICOTERAPIA	31
Manuel Villegas Besora y Monica Ricci	
LA ARQUITECTURA NARRATIVA DE LA PERSONALIDAD A TRAVÉS DEL SUEÑO: LAS AUTONARRACIONES NUCLEARES RECURSIVAS .	93
G. Giancarlo Dimaggio, A. Vincenzo Serio, Giuseppe Ruggeri	
TERAPIA COGNITIVA, CONSTRUCTIVISMO Y SUEÑOS: UNA REVISIÓN CRÍTICA	111
Rachel I. Rosner	
EL TRABAJO TERAPÉUTICO CON SUEÑOS: UNA APROXIMACIÓN ADLERIANA-CONSTRUCTIVISTA	137
Ursula E. Oberst	
EL CASO ALICIA. EL ENSUEÑO DESPIERTO DIRIGIDO DESDE UNA PERSPECTIVA CENTRADA EN LA PERSONA	151
Manuel F. Artilles	

EDITORIAL

El trabajo con sueños en psicoterapia tiene una larga tradición y, de alguna manera, puede decirse que se halla en sus orígenes. Freud fue el primero en atribuirles un papel fundamental como «vía regia para acceder al inconsciente» y, en consecuencia convertirlos en un elemento crucial para el trabajo psicoanalítico. En las sucesivas tradiciones psicológicas y terapéuticas la consideración que han recibido los sueños ha sido muy diversa y de ello hallaremos distintos testimonios en este mismo número monográfico dedicado al discurso onírico.

Un punto de coincidencia entre los enfoques más diversos respecto a los sueños podría ser, sin duda, la consideración de éstos como textos metafóricos. Este el argumento sobre el que versa el artículo que abre la monografía, titulado «Cómo la metáfora estructura los sueños», en el que Lakoff presenta los procesos de metaforización conceptual, característicos de la mente humana, como los que se hallan en la base de la actividad onírica.

Este punto de vista preside igualmente el artículo de Manuel Villegas, titulado «El discurso onírico: aplicación de las técnicas de análisis textual a los sueños en psicoterapia». En él se expone de qué modo la consideración del sueño como texto analógico o metafórico permite llevar a cabo su interpretación en base a las técnicas del análisis textual. En el artículo se explican detalladamente los procedimientos metodológicos a seguir para realizar este tipo de análisis mediante su aplicación a numerosos relatos oníricos.

El trabajo del grupo de Dimaggio y colaboradores parte del supuesto que los sueños constituyen un fenómeno discursivo donde resulta particularmente factible observar la estructura narrativa del self. Éste se concibe organizado a través de representaciones múltiples organizadas como historias que la mente se explica continuamente a sí misma, dando origen a las llamadas autonarraciones nucleares recursivas. En el artículo, titulado «La arquitectura narrativa de la personalidad observada en los sueños: las autonarraciones nucleares recursivas», se ilustra este punto de vista a través de diversos ejemplos.

En su artículo, titulado «Terapia cognitiva, constructivismo y sueños: una revisión crítica», Rachel I. Rosner examina la relación existente entre el fenómeno del sueño y la tradición de la terapia cognitiva, señalando el hecho de que A.T. Beck partió del enfoque psicoanalítico del sueño como plataforma de lanzamiento desde la cual organizar los cimientos de su nueva teoría cognitiva. Presenta, así mismo, las recientes aproximaciones a la terapia cognitiva realizadas por los

constructivistas que ofrecen diversas soluciones a algunos de los dilemas teóricos planteados por A.T. Beck, con las que se están abriendo nuevas vías de exploración del fenómeno del sueño tanto a nivel teórico, como experimental y clínico, dentro del contexto de la terapia cognitivo-constructivista.

El artículo de Ursula Oberst tiene el mérito de inspirarse en la obra de Adler a la hora de abordar el trabajo con sueños en psicoterapia. Partiendo de una actualización del enfoque adleriano y desde una perspectiva de corte constructivista la autora desarrolla una metodología práctica y teóricamente fundada de análisis del discurso onírico y de su elaboración en psicoterapia.

Cierra la monografía un artículo Manuel Artilles, titulado «El caso Alicia: El ensueño despierto de R. Desoille en una perspectiva *centrada en la persona* de C. Rogers». Tal como indica el título, el artículo se centra sobre todo en la descripción de un caso que, por su riqueza e intensidad, ocupa el centro de atención del trabajo del autor, el cual se caracteriza, además por una integración de la técnica del ensueño dirigido en el marco más general del enfoque rogeriano.

CÓMO LA METÁFORA ESTRUCTURA LOS SUEÑOS

La teoría de la metáfora conceptual aplicada al análisis de los sueños

George Lakoff

University of California, Berkeley

Dreams are a natural processes in which fears, desires and emotive experiences are metaphorically expressed. So metaphores are viewed in this article as conceptual schemes that allow to structure and interpret the meaning of dreams

¿Qué es la metáfora?

A finales de los años setenta se puso de manifiesto que la mente contiene un enorme sistema de metáforas conceptuales generales, modos de comprender conceptos relativamente abstractos en base a conceptos más concretos. Gran parte de nuestro lenguaje y de nuestro pensamiento cotidiano utiliza estas metáforas conceptuales. En este artículo se afirma que el sistema de metáforas conceptuales, presente en el pensamiento y en el lenguaje ordinario, se utiliza en primer lugar para proporcionar interpretaciones plausibles de los sueños y, en segundo lugar, para producir los sueños. Antes de hablar de los sueños, querría explicar detalladamente lo que entiendo por «metáfora conceptual».

La metáfora conceptual

Imaginemos la siguiente expresión referida a una relación amorosa: - *Nuestra relación ha llegado a un callejón sin salida* -. En ella el amor se representa como un viaje y esta expresión significa que la relación ha encontrado un obstáculo, que los amantes no pueden seguir adelante como de costumbre, que deben volver atrás o cortar la misma relación. Éste no es un caso aislado. En nuestras lenguas son frecuentes las expresiones basadas en una representación del amor en términos de viaje; éstas se utilizan no sólo para hablar de amor sino también para reflexionar sobre él. Algunas expresiones se refieren necesariamente al amor; otras pueden ser interpretadas:

Mira hasta dónde hemos llegado. - Ha sido un recorrido largo y accidentado. - Ya no podemos volver atrás. - Estamos en una encrucijada. - Debemos recorrer caminos separados. - Nuestra relación no avanza. - Estamos girando en el vacío. - Nuestra relación se ha desviado del camino. - Nuestro matrimonio ha naufragado. - Debemos salir de esta relación.

Éstas son expresiones comunes. No son poéticas ni se utilizan necesariamente para obtener un particular efecto retórico. Expresiones como: «Mira hasta dónde hemos llegado», que no se refieren necesariamente al amor, fácilmente pueden interpretarse como tales.

En cuanto estudioso de lingüística y ciencias cognitivas, me planteo dos preguntas: a) -¿Existe un principio general que regule el modo en que las expresiones lingüísticas que se refieren a los viajes se utilicen para definir el amor? b) -¿Existe un principio general que regule el modo en que los modelos inductivos relativos a los viajes se utilicen para reflexionar sobre el amor, en el momento en que se utilizan expresiones como aquellas que acabamos de ver?

La respuesta a ambas preguntas es sí. En realidad, existe un solo principio general que responde a ambas preguntas. Es un principio general que no forma parte de la gramática. Más bien forma parte del sistema conceptual que está a la base de nuestras lenguas: es un principio que sirve para interpretar el ámbito relativo al amor a través del ámbito relativo a los viajes.

El principio puede describirse informalmente como un escenario metafórico: los amantes hacen un viaje juntos, sus objetivos comunes son los destinos que deben alcanzar; la relación es su vehículo y lo que les permite lograr juntos los objetivos comunes. La relación cumple esta finalidad en tanto les permite conseguir esos objetivos. El viaje no es fácil. Hay impedimentos y encrucijadas que obligan a tomar una decisión acerca de la dirección que se debe tomar y a la oportunidad o no de continuar el viaje juntos.

La metáfora implica que un ámbito experiencial como el del amor se ve englobado dentro de un ámbito experiencial muy distinto, el relativo a los viajes. En términos más técnicos, la metáfora puede entenderse como un esquema proyectable (mapping) -en el sentido geométrico del término- que va de un ámbito-origen (en este caso los viajes) a un ámbito-destino (en este caso el amor). El esquema proyectable está altamente estructurado. Hay correspondencias ontológicas en base a las cuales las entidades que pertenecen al ámbito del amor (por ejemplo los amantes, sus objetivos comunes, sus dificultades, su relación amorosa, etc.) corresponden de manera sistemática a entidades que pertenecen al ámbito de los viajes (los viajantes, el vehículo, el destino, etc.).

Para poder recordar más fácilmente los esquemas proyectables existentes en el sistema conceptual, Johnson y yo (Lakoff & Johnson, 1980) adoptamos una estrategia para designar tales esquemas, utilizando los medios mnemotécnicos que evocan a la mente el esquema proyectable. Los nombres mnemotécnicos tienen la

típica forma X e Y, en la cual X es el nombre del ámbito-destino e Y es el nombre del ámbito-origen. En este caso, la denominación del esquema proyectable es: EL AMOR ES UN VIAJE. Cuando hablo de la metáfora «EL AMOR ES UN VIAJE» utilizo un medio mnemónico para indicar una serie de correspondencias ontológicas que caracterizan un esquema proyectable, es decir: EL ESQUEMA DEL AMOR-COMO-VIAJE.

- Los amantes corresponden a los viajeros.-
- La relación amorosa corresponde al vehículo.-
- Los objetivos comunes de los amantes corresponden a los destinos de los viajes, comunes en ambos.
- Las dificultades encontradas en la relación corresponden a los impedimentos que se presentan durante el viaje.

Se tiende casi siempre a confundir el nombre del esquema proyectable, EL AMOR ES UN VIAJE, con el esquema proyectable mismo. El esquema viene dado por la serie de correspondencias. Así, cuando hago referencia a una metáfora utilizando un medio mnemónico del tipo: EL AMOR ES UN VIAJE, estoy indicando justamente esta serie de correspondencias.

El esquema proyectable de EL AMOR-COMO-VIAJE está constituido por una serie de correspondencias ontológicas que transforman el conocimiento relativo a los viajes en el conocimiento relativo al amor. Las correspondencias de este tipo nos permiten reflexionar sobre el amor utilizando el conocimiento que comúnmente utilizamos cuando hablamos de viajes. He aquí un ejemplo: consideremos la expresión: «Estamos bloqueados», que el amante dice al/la compañero/a refiriéndose a su relación. ¿De qué modo podemos interpretar esta expresión, relativa al viaje, refiriéndola a su relación?

La expresión «estamos bloqueados» puede utilizarse en referencia a un viaje, y en este caso implica el conocimiento de los viajes. El conocimiento puede variar de persona a persona, pero aquí tenemos un típico ejemplo del conocimiento en cuestión. Las expresiones escritas en letras mayúsculas representan entidades presentes en la ontología del viaje, es decir en el ámbito-origen del esquema proyectable EL AMOR ES UN VIAJE, visto previamente.

Los dos VIAJANTES están en el interior de un VEHÍCULO, VIAJANDO HACIA DESTINOS COMUNES. EL VEHÍCULO encuentra un determinado OBSTÁCULO y se para, deja de funcionar. Si los dos no intervienen, no ALCANZARÁN SU DESTINO. Existe un número limitado de alternativas respecto a su intervención:

- pueden intentar volver a arrancar el vehículo apartando o saltando el OBSTÁCULO que lo ha detenido;
- pueden quedarse en el interior del VEHÍCULO estropeado y renunciar a ALCANZAR SUS DESTINOS;
- pueden abandonar el VEHÍCULO.

La alternativa que consiste en permanecer en el interior del vehículo averiado es la que comporta el menor esfuerzo, pero no satisface el deseo de alcanzar el destino.

Las correspondencias ontológicas que constituyen la metáfora EL AMOR ES UN VIAJE, redefinen la ontología del viaje en la ontología del amor. De este modo, redefinen este escenario de viaje en un correspondiente escenario de amor. Las entidades del ámbito-destino redefinidas por las correspondencias, están escritas aquí en letra mayúscula.

Los dos AMANTES tienen una RELACIÓN AMOROSA, PERSIGUEN OBJETIVOS DE VIDA COMUNES. LA RELACIÓN encuentra una cierta DIFICULTAD, que hace que deje de ser funcional. Si los dos no hacen nada, no podrán CONSEGUIR SUS OBJETIVOS DE VIDA. Existe un número limitado de alternativas de intervención:

- pueden intentar de nuevo hacer salir la relación adelante, apartando esa dificultad o superándola;
- pueden permanecer parados dentro de la RELACIÓN que ya no funciona, y renunciar a CONSEGUIR SUS PROPIOS OBJETIVOS DE VIDA;
- pueden cortar la RELACIÓN.

La alternativa que consiste en permanecer dentro la RELACIÓN no funcional permite un menor esfuerzo pero no satisface el deseo de CONSEGUIR SUS OBJETIVOS DE VIDA.

Éste es un ejemplo de modelo (pattern) inductivo que se redefine de un ámbito a otro. A través de tales esquemas aplicamos el conocimiento relativo a los viajes a las relaciones amorosas.

Las metáforas no son meras palabras

Lo que constituye la metáfora del AMOR-COMO-VIAJE no es una palabra ni una expresión particular. Es el esquema ontológico que atraviesa los dos ámbitos conceptuales, que va del ámbito-origen (el de los viajes) al ámbito-destino (el del amor). La metáfora no se refiere propiamente al lenguaje sino al pensamiento y a la razón. El lenguaje es secundario. El esquema tiene un valor primario en cuanto ratifica el uso del lenguaje y de los modelos inductivos, propios del ámbito-origen, a fin de expresar los conceptos del ámbito-destino. El esquema es convencional: es una parte fija de nuestro sistema conceptual, uno de nuestros modos convencionales de representar las relaciones de amor.

Este modo de ver la metáfora es completamente opuesto a la visión tradicional de la metáfora. La visión tradicional incluye las siguientes afirmaciones:

- las metáforas son expresiones lingüísticas (por oposición a los esquemas conceptuales);
- las metáforas utilizan palabras, provenientes de un ámbito literal, para expresar conceptos pertenecientes a otro ámbito, pero no hay nada que se parezca

a un pensamiento metafórico cuando los modelos inductivos de un ámbito particular se aplican a otro.

- las metáforas se basan en la analogía: las palabras de un ámbito expresan conceptos análogos en los otros ámbitos;

el lenguaje metafórico no forma parte del lenguaje común, cotidiano, convencional; más bien forma parte del lenguaje poético o sobre todo retórico.

Todas estas afirmaciones son falsas. Por ejemplo, si las metáforas fueran simples expresiones lingüísticas, deberíamos esperar que a diferentes expresiones lingüísticas correspondieran diferentes metáforas. De este modo, la expresión «nos hemos metido en un callejón sin salida» tendría que representar una metáfora. La expresión «Ya no podemos dar marcha atrás» representaría otra metáfora completamente diferente. La expresión «su matrimonio ha naufragado» implicaría aún otra metáfora distinta, y lo mismo vale para docenas de ejemplos. No parece, sin embargo, que aquí existan todas estas metáforas diferentes. Estamos frente a una metáfora en la que el amor se representa como un viaje. El esquema nos dice exactamente de qué modo el amor se representa bajo la forma de un viaje.

Este modo unitario de CONCEBIR metafóricamente el amor se expresa a través de distintas expresiones LINGÜÍSTICAS. Además, en las páginas precedentes hemos visto que los modelos inductivos presentes en el ámbito relativo a los viajes pueden utilizarse para reflexionar sobre el amor. Por eso existe el razonamiento metafórico. Por lo que se refiere a la analogía, no hay nada propiamente análogo entre el amor y los viajes, aunque éstos estén conectados metafóricamente. En fin, todas las expresiones metafóricas que hemos examinado en la metáfora EL AMOR ES UN VIAJE, son expresiones comunes y cotidianas, más que expresiones poéticas o retóricas.

Conviene observar cómo los teóricos contemporáneos de la metáfora utilizan comúnmente el término «metáfora» para referirse al esquema conceptual y la locución «expresión metafórica» para referirse a una expresión lingüística particular (como «callejón sin salida»), determinada por un esquema. Hemos adoptado esta terminología por el siguiente motivo: la metáfora, en cuanto fenómeno, implica tanto esquemas conceptuales como expresiones lingüísticas singulares. Es importante separar ambos elementos. Dado que los esquemas son de importancia primaria y determinan las generalizaciones (que son nuestro principal interés), hemos utilizado el término «metáfora» en referencia a los esquemas en lugar de a las expresiones lingüísticas.

Como medios mnemónicos para denominar los esquemas utilizamos las mayúsculas como en la expresión EL AMOR ES UN VIAJE. De este modo, cuando nos referimos a la metáfora EL AMOR ES UN VIAJE, entendemos la serie de correspondencias discutidas en las páginas precedentes. Por otro lado, «el amor es un viaje» es una expresión metafórica que se comprende a través de la serie de correspondencias.

Generalizaciones

La metáfora EL AMOR ES UN VIAJE es un esquema conceptual que caracteriza una generalización de dos tipos:

- generalización polisémica: una generalización relativa a los significados, conectados entre ellos, de las expresiones lingüísticas, por ejemplo: «callejón sin salida», «encrucijada», «estar bloqueados», «girar en el vacío», «no ir a ningún lado», etc.

- generalización inductiva: una generalización de las inducciones que atraviesan los diversos ámbitos conceptuales. Pretendemos decir que la existencia del esquema permite dar una respuesta general a dos preguntas:

- ¿por qué las palabras referentes a los viajes se utilizan para describir el amor?
y - ¿por qué los modelos inductivos utilizados para reflexionar sobre los viajes se utilizan también para reflexionar sobre las relaciones de amor?

Análogamente, según el punto de vista de un análisis lingüístico, la existencia de estos acoplamientos entre palabras y modelos inductivos (obtenidos cruzando ambos ámbitos) proporcionan la prueba de la existencia de los esquemas relativos.

Nuevas extensiones de las metáforas convencionales

El hecho de que el esquema EL AMOR ES UN VIAJE sea una parte fija de nuestro sistema conceptual, explica porqué pueden comprenderse rápidamente los usos nuevos y fantasiosos del esquema -vistas las correspondencias ontológicas y el conocimiento relativo a los viajes. Examinemos la forma poética: - *Avanzamos por el carril de la autopista del amor.*

El conocimiento evocado por esta expresión, relativo al viajar, es éste: cuando se viaja por el carril de adelantamiento, se recorre un largo trayecto en un breve tiempo y eso puede ser excitante y peligroso. El esquema metafórico general redefine este conocimiento (el conocimiento relativo a la conducción) en el conocimiento que concierne las relaciones de amor. El peligro podría referirse al vehículo (la relación podría no durar) o a los pasajeros (los amantes podrían hacerse daño emotivamente). La excitación relacionada con el amor-viaje es de tipo sexual. El modo en que hemos interpretado esta forma poética es una consecuencia de la correspondencia metafórica preexistente, la metáfora del AMOR-COMO-VIAJE. Esta expresión poética es rápidamente comprendida por los hablantes porque esas correspondencias metafóricas ya forman parte de su sistema conceptual.

La motivación

Cada metáfora convencional (es decir, cada esquema) constituye un modelo fijo de correspondencias conceptuales que atraviesan los distintos ámbitos conceptuales. En base a esto, cada esquema define una clase (*abierto-cerrado*) de correspondencias potenciales presentes entre los modelos inductivos. Cuando se activa, un esquema puede aplicarse a una estructura cognitiva de un nuevo ámbito-origen, que

caracteriza una estructura cognitiva del correspondiente ámbito-destino.

Los esquemas no tendrían que considererarse procesos, ni «algoritmos» que extraen «input» del ámbito-origen y generan «output» inmediatamente en el ámbito-destino. Cada esquema es visto, más bien, como un modelo fijo de correspondencias ontológicas entre los varios ámbitos, las cuales podrían, o no, ser aplicadas a una estructura cognitiva o a una voz lexical del ámbito-origen. Así, las voces lexicales que son convencionales dentro del ámbito-origen, no siempre resultan tales en el interior del ámbito-destino. Más bien, cada voz lexical del ámbito-origen podría, o no, hacer uso del modelo del esquema fijo. Si tal cosa sucediera, adquiriría un significado extendido (a nivel de léxico) en el interior del ámbito-destino en el cual el significado es definido por parte del esquema. Si no sucede, la voz lexical del ámbito-origen no tendrá un significado convencional en el interior del ámbito-destino pero quedará abierta la posibilidad de ser activamente redefinida en el caso de una nueva metáfora. Así, las palabras «autopista» y «carril de adelantamiento» no se usan de modo convencional en referencia al amor, sino que las estructuras cognitivas asociadas a éstas son redefinidas por la metáfora EL AMOR ES UN VIAJE en el caso de la expresión: «*Estamos circulando por el carril de adelantamiento en la autopista del amor*».

Expresiones idiomáticas representables

Muchas expresiones metafóricas discutidas por la literatura sobre las metáforas convencionales son idiomáticas. Desde el punto de vista clásico, las expresiones idiomáticas poseen significados arbitrarios. En cambio, en el ámbito de la lingüística de impronta cognitivista, existe la posibilidad de que no sean arbitrarios, sino motivados: éstos son producidos automáticamente por reglas, pero se adaptan a uno o más modelos presentes en el sistema conceptual. Examinemos más de cerca las expresiones idiomáticas.

Una expresión idiomática como «*girar en el vacío (sin efecto)*», lleva consigo una imagen mental convencional, la de las ruedas de un automóvil bloqueadas en alguna substancia (barro, arena, nieve o hielo), de tal modo que el automóvil no puede moverse cuando se pone en marcha el motor y las ruedas giran, precisamente, en el vacío, sin efecto. Parte de nuestro conocimiento relativo a esta imagen nos dice que se utiliza mucha energía (para hacer girar las ruedas) sin que haya ningún progreso, que la situación no cambiará rápidamente ni espontáneamente, que harán falta grandes esfuerzos por parte de los pasajeros para mover de nuevo el vehículo; esto podría resultar incluso imposible.

La metáfora del AMOR-COMO-VIAJE se aplica al conocimiento relativo a esta imagen. Ésa redefine este conocimiento en la consciencia que concierne las relaciones amorosas: se consume mucha energía para conseguir objetivos comunes, sin ningún progreso, la situación no cambiará espontáneamente; hace falta que los amantes hagamos grandes esfuerzos para seguir adelante, etc. Dicho brevemente,

cuando a las expresiones idiomáticas se asocian imágenes convencionales, comúnmente sucede que una metáfora conceptual (que tiene una motivación independiente) redefine el conocimiento del ámbito-origen en relación al ámbito-destino. Para un ensayo de los experimentos destinados a verificar la existencia de tales imágenes y tales esquemas, véase Gibbs (1990).

Los esquemas a nivel supraordenado

En el esquema de EL AMOR ES UN VIAJE, una relación amorosa corresponde a un vehículo. Un vehículo es una categoría supraordenada que incluye categorías de nivel-base como el automóvil, el tren, el barco y el avión. En realidad, todos los casos de vehículos se extraen típicamente de esta serie de categorías de nivel-base: el automóvil (la carretera larga y accidentada, el girar sin efecto), el tren (descarrillar), el barco (naufragar, hundirse), el avión (despegar o aterrizar). No es una casualidad: en general, hemos observado que los esquemas se sitúan en el nivel supraordenado en vez de en el nivel-base. Por esta razón, no se suelen dar subesquemas generales del tipo UNA RELACIÓN AMOROSA ES UN AUTOMÓVIL. Cuando nos encontramos con una relación amorosa representada como un automóvil, tendemos también a representarla como un barco, un tren, un avión, etc. Es la categoría supraordenada VEHÍCULO la que está presente en el esquema general, no la categoría de nivel-base AUTOMÓVIL.

No nos debería sorprender el hecho de que la generalización implique el nivel supraordenado, y que los casos especiales tengan lugar, en cambio, en el nivel-base. Después de todo, el nivel-base es el nivel de las imágenes mentales y de la estructura cognoscitiva más ricas. Para una discusión sobre las propiedades de las categorías de nivel-base, véase Lakoff (1987, pp. 31-50). Un esquema presente en el nivel supraordenado aumenta la posibilidad de que la rica estructura conceptual del ámbito-origen se redefina en el ámbito-destino, en cuanto favorece la creación de muchos casos conectados con el nivel-base, cada uno de los cuales es rico en información.

Es posible, por lo tanto, hacer una previsión sobre los esquemas convencionales: las categorías redefinidas tenderán a ponerse en el nivel supraordenado antes que en el nivel-base. Por esta razón, no se suelen encontrar esquemas del tipo: UNA RELACIÓN AMOROSA ES UN AUTOMÓVIL o UNA RELACIÓN AMOROSA ES UN BARCO. Se suelen encontrar casos referidos a los elementos del nivel-base (por ejemplo, los automóviles y las barcas); esto indica que la generalización tiene lugar en un nivel más elevado, en el nivel supraordenado del vehículo. En la gran mayoría de los centenares de casos de esquemas convencionales estudiados hasta ahora, ha resultado que las categorías supraordenadas son las que se emplean en los esquemas.

De todos modos, existen casos raros en los que parece evidente la presencia de categorías de nivel-base en los esquemas; o bien, casos raros en los que no está nada

claro si una categoría debe considerarse como perteneciente al nivel-base. Por ejemplo, la rabia es una emoción de base. ¿Debería por eso considerarse un concepto perteneciente al nivel-base? No son escasas las metáforas conceptuales, referidas a la rabia: *LA RABIA ES UNA OLLA A PRESIÓN*. No está nada claro si la rabia debe considerarse una categoría del nivel-base, o bien un caso en que una categoría de nivel-base se presenta dentro de un esquema. Otro caso que se discutirá en las páginas siguientes es la metáfora: *LA IMPOTENCIA ES CEGUERA* (citada por Freud), en la que se incluye un sub-esquema que sostiene que *LOS TESTÍCULOS SON OJOS*. Esto, naturalmente, implica conceptos de nivel-base. No está claro el significado de todo esto -si hay alguno- en el interior de la teorización sobre la metáfora. No hay nada en la teoría general que sitúe los esquemas en el nivel supraordenado. Es simplemente un hecho empírico: los esquemas tienden a verificarse de este modo. Esta tendencia podría derivar justamente del hecho que los esquemas de nivel supraordenado presentan un trabajo conceptual mayor respecto a los esquemas situados en un nivel inferior. Podría ser que los esquemas tendiesen a optimizarse respecto al contenido informativo; pero los esquemas ocasionales presentes en el nivel-base se verificarían por otras razones; por ejemplo, en el caso en que existe una base experiencial para un esquema puesto en el nivel-base pero no en el nivel supraordenado.

En las páginas sucesivas de este artículo, al tratar de una «metáfora» o de una «metáfora conceptual», me referiré a un esquema perteneciente justamente al tipo sobre el que acabamos de discutir. Con este ejemplo apropiado de metáfora conceptual, concentrémonos sobre la relación existente entre la metáfora conceptual y los sueños.

LA METÁFORA Y LOS SUEÑOS

Lo que tengo que decir acerca de los sueños no es del todo nuevo. El centro de la cuestión se remonta a una observación de Freud que se encuentra en *La interpretación de los sueños*, en el ámbito de una discusión acerca del simbolismo de los sueños: «este simbolismo no es específico de los sueños, sino que es característico de la ideación inconsciente» y puede reencontrarse en el folclore, en los mitos populares, leyendas, expresiones idiomáticas, en el saber de los proverbios y en los comentarios corrientes, de manera más extensa que en los sueños».

En cuanto lingüista y estudioso de la cognición, mi deber es estudiar sistemáticamente lo que Freud llamaba «ideación inconsciente» de naturaleza simbólica. Me he especializado en el estudio de los sistemas conceptuales -los sistemas de pensamiento en gran parte inconscientes, interpretados en base a lo que pensamos; en esto se funda el lenguaje cotidiano común. Para realizar esto, me baso en lo que Freud llamaba «expresiones lingüísticas idiomáticas».

En diez años y medio de estudio, yo y mis colegas hemos descubierto que (como suponía Freud) poseemos sistemas de «ideación inconsciente» de naturaleza

simbólica. Parte de estos está constituida por un vasto sistema de metáforas conceptuales y metonimias: junto a algunos estudiantes, hemos delineado este sistema detalladamente. Freud tenía razón cuando sugería que este sistema se utilizaba de modo más elaborado en las «expresiones lingüísticas idiomáticas» que en los sueños.

Habiendo descifrado gran parte de este sistema por lo que se refiere a la lengua inglesa, querría explicar ahora detalladamente el modo cómo funciona en los sueños. Es bastante curioso el hecho que Freud y los otros estudiosos de los sueños no lo hayan hecho todavía. Ni Freud ni los demás psicoanalistas tenían interés en delinear los particulares del sistema de pensamiento metafórico común, aunque implícitamente hubieran admitido la existencia de una tal modalidad del pensamiento, haciendo implícitamente uso de ella en la interpretación de los sueños. El trabajo de elaboración de los detalles del sistema de metáforas empezó con los lingüistas y los estudiosos cognitivistas. Freud y muchos de sus seguidores se interesaron mayormente por el simbolismo sexual -las metáforas de naturaleza prohibida (tabú). Pero es a través del estudio del lenguaje cotidiano que descubrimos cómo el pensamiento simbólico inconsciente no es en gran parte ni sexual ni prohibido. El pensamiento prohibido aparece raras veces en el lenguaje convencional ordinario, utilizado a diario. Lo que pretendo hacer es, por lo tanto, algo que los estudiosos de los sueños todavía no han hecho. Es la «parte popular» del análisis de los sueños - el estudio del modo en que el pensamiento simbólico inconsciente (el de tipo más común y menos prohibido) aparece en los sueños.

Este artículo tiene el objetivo de proporcionar una serie de ejemplos de sueños comunes en los que nuestro sistema ordinario de metáforas hace de mediador entre el contenido manifiesto de los sueños y el modo en que comprendemos los mismos, en base a nuestras vidas cotidianas. En los ejemplos de interpretación de sueños que discutiré, la metáfora conceptual cumple el siguiente papel:

D = el contenido manifiesto del sueño

M = una serie de metáforas conceptuales provenientes de nuestro sistema conceptual

K = el conocimiento de la historia personal y la vida cotidiana del soñador

I = una interpretación del sueño sobre la base de la vida del soñador.

En otros términos, **I** es el significado interpretado del sueño, que el intérprete espera haber explicado cuidadosamente. La relación entre el sueño y su interpretación es: [**D** - **M** > **I**, dado **K**].

Es decir: Las metáforas redefinen el sueño en el significado del mismo sueño, dado el conocimiento relevante de la vida del soñador.

D es lo que Freud llamaba el «contenido manifiesto» del sueño, mientras que **I** es lo que él llamaba «contenido latente». Si esto es correcto, entonces el sistema de metáforas conceptuales tendrá un papel crítico en la interpretación de los sueños. De todos modos, éste no puede utilizarse solo, sin que se tenga en cuenta la vida

cotidiana del soñador, útil para hacer una interpretación significativa. Todo se esclarecerá en los casos que discutiremos sucesivamente.

I, la interpretación del sueño, puede comprenderse de dos maneras. La *Interpretación Débil: I* es el significado atribuido al sueño por un intérprete (otra persona, o el mismo soñador, en la reflexión consciente). La *Interpretación fuerte: I* es el significado oculto del sueño, según el soñador.

El punto débil de este artículo está en el afirmar que nuestro sistema cotidiano de metáforas convencionales se utiliza cuando alguien (el intérprete) interpreta un sueño. Esto contribuye a considerar plausible una interpretación. Creo poder confirmar la exactitud de esta afirmación más allá de cualquier duda.

Pero el punto «fuerte» es más interesante: el sistema de metáforas juega un papel generador de sueños, en cuanto se encuentra en una posición intermedia entre el significado que el sueño tiene para el soñador y lo que se ve, siente o de algún modo experimenta dinámicamente en el momento del sueño. Dado un significado a expresar, el significado metafórico proporciona un medio para que éste se exprese concretamente (con modalidades que pueden verse y sentirse). En otras palabras, el sistema de metáforas, que constituye el pensamiento y las expresiones típicas de la vigilia, funciona también durante el sueño y proporciona un mecanismo natural útil para relacionar las imágenes concretas con los significados abstractos.

Naturalmente, el soñador podría no ser consciente, una vez despierto, del significado del sueño, en cuanto él no ha hecho conscientemente la elección de las imágenes oníricas para expresar metafóricamente el significado del sueño.

La afirmación más fuerte es más ardua de demostrar, yo mismo no puedo hacerlo utilizando los métodos del lingüista. Al máximo, puedo hacerla plausible, proporcionando interpretaciones plausibles -interpretaciones sobre lo que el sueño podría significar para el soñador, en base a los aspectos de su vida cotidiana.

Antes de proseguir, conviene poner de relieve varios puntos. Sobre todo es importante esclarecer lo que entiendo por «inconsciente», utilizado en la expresión «sistema conceptual inconsciente». Freud utilizaba el término para indicar los pensamientos reprimidos, pero que en algunos casos podían reaparecer a nivel consciente. Pero el término «inconsciente» se utiliza de manera un tanto distinta en el ámbito de las ciencias cognitivas. La mayor parte de los tipos de pensamiento estudiados por las ciencias cognitivas, funciona -como las reglas de gramática y de fonología- por debajo de un nivel al cual, probablemente, se puede acceder conscientemente o puede controlarse.

A través del análisis lingüístico es posible descubrir qué metáforas puede utilizar un individuo en el pensamiento consciente, y discutir sobre ello ampliamente. Por ejemplo, un individuo podría descubrir qué piensa utilizando la metáfora EL AMOR ES UN VIAJE, y discutir sobre el modo en que utiliza esta metáfora. Pero no existe ninguna manera para ejercer un control consciente sobre todos los usos inconscientes hechos de ésta y otras metáforas dentro del sistema conceptual del

individuo en cuestión. Es como si alguien discutiera conscientemente sobre una regla gramatical o fonológica, sin estar en condiciones de controlar todas las reglas de la propia gramática y fonología en cada frase que pronuncia. El sistema de metáforas, aunque inconsciente, no es «reprimido» -justamente como el sistema de reglas gramaticales y fonológicas que estructuran el lenguaje de cada persona, que es inconsciente pero no reprimido. El inconsciente descubierto por las ciencias cognitivas no es precisamente análogo al inconsciente freudiano.

En segundo lugar, la interpretación que sugeriré podría parecer obvia o prosaica, pero ésta es precisamente su característica. El sistema de metáforas cotidiano caracteriza las interpretaciones más normales y naturales. Mi objetivo es explicar exactamente porqué éstas son representaciones normales y naturales de sueños. Por consiguiente, empezaré por donde termina la mayor parte de los analistas de los sueños. La mayor parte de éstos se contenta con llegar a una interpretación intuitivamente plausible de un sueño. Yo empezaré justamente por aquellos análisis intuitivamente plausibles, con el intento de demostrar qué es lo que los hace tales.

En tercer lugar, como ya he expuesto antes, no puedo demostrar que los análisis que llevaré a cabo sean los «justos» ni los únicos posibles. Quiero demostrar, en cambio, que éstos son producidos por el sistema de metáforas en base a una elección de K, una parte seleccionada del conocimiento relativo a la vida cotidiana del soñador. La elección de una porción distinta de conocimiento relevante, K', podría generar una interpretación completamente diferente.

En cuarto lugar, afirmo que el sueño es una forma de pensamiento. Los sueños «potentes» son formas de pensamiento que expresan un contenido emotivamente fuerte. Dos de los principales resultados de las ciencias cognitivas confirman que la mayor parte de los pensamientos son inconscientes, y que utilizan metáforas conceptuales. También los sueños representan una forma de pensamiento inconsciente que utiliza metáforas conceptuales. En cuanto formas de pensamiento, los sueños pueden expresar un contenido: deseos, miedos, soluciones a problemas, fantasías, etc. Si Freud tuviera razón en suponer la existencia de algo parecido a la represión, como algunos pensamientos de los que no queremos ser conscientes, entonces el uso del sistema inconsciente de metáforas en los sueños constituiría un modo perfecto para la mente inconsciente de esconder los pensamientos a la mente consciente, mientras sigue, sin embargo, pensando en ellos.

En quinto lugar, en cuanto formas de pensamiento, los sueños utilizan metáforas, dado que es típico del pensamiento consciente utilizar metáforas. Ya que los sueños no son controlados conscientemente, no hacen un uso controlado de la metáfora. Así, el uso de la metáfora en los sueños puede aparecer, a la mente inconsciente, salvaje e incoherente.

En sexto lugar, las imágenes utilizadas en los sueños no son arbitrarias. Se hallan limitadas por las metáforas generales empleadas por el soñador. Las metáfo-

ras generales son conjuntos de correlaciones entre el ámbito-origen y el ámbito-destino, en el nivel supraordenado. Las imágenes oníricas se escogen a partir del nivel-base (subordinado) -es decir, provienen de casos especiales de categorías supraordenadas, definidas por las metáforas generales. Por ejemplo, supongamos que el sueño se refiere al amor. Una de las metáforas referidas al amor será empleada en el sueño. Si se trata de EL AMOR ES UN VIAJE, las imágenes oníricas se referirán a un determinado tipo de viaje, como un viaje en automóvil. Por lo tanto, las imágenes oníricas podrían incluir un automóvil, carreteras, puentes, pésimas condiciones atmosféricas, etc. Dado que el pensamiento metafórico es natural, también el uso de las imágenes en el pensamiento onírico será natural.

En séptimo lugar, afirmo, por tanto, que los sueños no son el producto misterioso, extraño y sin sentido de redes neuronales casuales, sino que representan, en cambio, un modo natural a través del cual se expresan los miedos, los deseos y las descripciones cargadas emotivamente. Entre paréntesis, lo que afirmo concuerda con la aseveración según la cual los sueños son activados por las redes neuronales casuales que están en el interior del cerebro. Es posible que un sistema fijo y convencional de metáforas pueda canalizar las transmisiones neuronales casuales hacia la producción de un sueño cargado de significado. En otras palabras, si resultase que los sueños se desencadenan a partir de transmisiones neuronales casuales, ya no sería posible considerar casual el contenido de los sueños.

En octavo lugar, soñar es un proceso con posibilidades sin límites precisos de ser expresado metafóricamente. Cuáles son estas posibilidades viene determinado por las metáforas generales, fijas, presentes en el sistema conceptual. Las metáforas fijas son correspondencias fijas entre los ámbitos conceptuales, en el nivel supraordenado. Estas correspondencias fijas hacen que las imágenes de nivel-base tengan un significado sistemático. Dado que las posibilidades para las imágenes del nivel-base y del supraordenado no tienen límites precisos, las correspondencias metafóricas fijas permiten una serie sin límites precisos en un determinado sueño. La construcción onírica es un proceso dinámico que emplea correspondencias metafóricas fijas con el fin de estructurar las secuencias de imágenes que se verifican en los sueños.

Así, en cierto sentido, soñar es como hablar. Tenemos reglas fijas de gramática y fonología que sancionan obligatoriamente qué frases pueden construirse y cuál puede ser su significado. Pero las reglas, siendo generales, permiten la existencia de una serie sin límites precisos de casos especiales que se adecuan a (las reglas). Análogamente, nuestro sistema de metáforas podría verse como formando parte de una «gramática del inconsciente» -un conjunto de principios fijos, generales, que permiten la existencia de un conjunto sin límites precisos de sueños posibles, los cuales son construidos dinámicamente, en armonía con los principios fijos. Comprender el sistema de metáforas quiere decir comprender estos principios.

En noveno lugar, afirmo que el conocimiento vasto y profundo de la vida del

soñador es esencial para definir los significados de los sueños. ¿Esto quiere decir que los sueños no pueden tener una interpretación propia, independiente de lo que se sabe del soñador?

Sí y no. Existe una serie, bien delimitada, de problemáticas emotivas típicas de nuestra cultura: amor, trabajo, muerte, familia, etc. Se podría apostar a que los sueños «potentes» se referirán a uno de estos ámbitos. Esto define obligatoriamente cuáles tendrían que ser los ámbitos-destino de las metáforas. Supongamos que cada interpretación de un sueño se refiera a uno de estos ámbitos. Esto quiere decir que es posible escoger un solo ámbito como ámbito-destino de todas las imágenes metafóricas empleadas en el sueño. El sistema de metáforas hace que cada uno de las imágenes metafóricas goce de una amplia serie de interpretaciones. Pero si el sueño es una larga secuencia de imágenes metafóricas, entonces la elección de un solo ámbito-destino limita las posibilidades de interpretación del conjunto entero de imágenes. Así, tendría que ser posible restringir la serie de posibles interpretaciones para un sueño dado, sin tener conocimiento alguno sobre el soñador.

Pero esta serie restringida de posibilidades podría ser extremadamente amplia, tan amplia que no permitiese ni siquiera imaginar la serie de posibilidades. Son dos los mecanismos que hacen muy amplia incluso una serie restringida de posibilidades. Ante todo, existe la serie de casos específicos de una metáfora general. Podría tratarse de una serie extremadamente amplia. En segundo lugar, hay lo que y yo (1989) hemos llamado el esquema de la metáfora GENÉRICO ES ESPECÍFICO. Éste es un esquema que permite la existencia de una serie sin límites precisos de correspondencias metafóricas entre los ámbitos, tal como describo a continuación. Su utilización se apoya sobre un conocimiento detallado. Estos dos mecanismos permiten la existencia de una serie de posibilidades, tan vasta que sólo un conocimiento de la vida del soñador puede limitar esa serie de posibilidades al significado que el sueño asume para el mismo soñador.

De todos modos, hay que decir que la amplia serie de posibilidades permite a un sueño tener más significados para el soñador, y yo sostengo que sobre todo los sueños «potentes» tienen generalmente más significados.

Además, a causa de la vasta serie de posibilidades que ofrece el sistema de metáforas, los sueños de un individuo pueden tener significados «potentes» para otros individuos. Los sueños de las otras personas ejercitan sobre nosotros la fascinación del mito y de la literatura -una posibilidad para descubrir el significado de nuestras vidas. Es la actividad de nuestros sistemas metafóricos la que hace posible todo esto.

Los análisis de los sueños que siguen, muestran la importancia de un conocimiento vasto y profundo de la vida del soñador. En todos los casos, he utilizado el sueño de alguien que conozco muy bien; sólo el hecho de conocer bien el soñador me ha permitido confiar en las interpretaciones.

El sueño de la ceguera

Un hombre, a quien llamaré Steve, tenía un sueño frecuente en el que se volvía ciego: despertaba a su mujer en plena noche gritando histéricamente «¡Estoy ciego, estoy ciego!», hasta que su mujer lo despertaba y encendiendo la luz, le demostraba que era capaz de ver.

Steve es un académico escrupuloso, meticuloso y prudente, que tiene siempre miedo de no saber lo bastante. En nuestro sistema conceptual cotidiano existe una metáfora en la cual SABER ES VER, que aparece en expresiones comunes como: -Veo que estás empezando a entender; -Su significado era claro -No puedes taparte los ojos -Este párrafo es un poco oscuro -¿Cuál es tu punto de vista?

A través de esta metáfora, la frase «No soy capaz de ver» se redefine en «No sé; no puedo descubrirlo». Steve está expresando en el sueño un miedo constante: soy ignorante, soy ignorante.

Pero el sueño de Steve, en calidad de sueño recurrente «potente», es más rico. En su interpretación del mito edípico, Freud observó que el acto de arrancarse los ojos, llevado a cabo por Edipo, correspondía a una castración metafórica, una metáfora en la que LOS TESTÍCULOS SON OJOS, LA IMPOTENCIA ES LA CEGUERA.

En base a esta metáfora, ser ciego es una pena justa para la transgresión sexual. Es precisamente porque esta metáfora forma parte de nuestro sistema conceptual que nosotros interpretamos como justa la pena de Edipo. Entre paréntesis, también la cultura popular contemporánea presenta manifestaciones de esta metáfora en la creencia popular, según la cual quien se masturba se volverá ciego.

Una de las cosas que envenenan la existencia de Steve es la sensación de no tener poder ni influencia, y de ser por eso incapaz de obtener nada para sí mismo o para los demás. El sueño recurrente de Steve se presentó varias veces, justamente antes de asumir su primer cargo administrativo importante, por el cual temía tenerse que comprometer a fondo sin conseguir ningún resultado. Existe una metáfora cultural común en la que EL PODER EN EL MUNDO ES LA POTENCIA SEXUAL, y LA AUSENCIA DE PODER ES IMPOTENCIA.

Los ejemplos lingüísticos de esta metáfora abundan en la vida cotidiana. Uno de los más conocidos fue el comentario de Lyndon Johnson a propósito de un enemigo político, sobre el cual ejercía un chantaje: «Tengo su nariz en el bolsillo» [«Lo tengo en mi poder»]. A quienes amenazan de vengarse de un enemigo debilitándole se les oye decir: «¡Le cortaré las pelotas!» o «Lo castraré» y a las mujeres que ejercen un poder sobre los hombres se les llama a menudo «putas castradoras».

A través de esta metáfora, «Estoy ciego», en el sueño se expresa otro de los miedos recurrentes de Steve: «Soy impotente». Además, el sueño tiene todavía otro significado respecto a la vida de Steve. Steve no puede tener hijos por una cantidad insuficiente de espermatozoides. Después de haberlo intentado durante años, Steve

y su mujer han adoptado niños y son unos padres muy afectuosos. Sin embargo, no poder tener hijos ha representado una experiencia traumática en la vida de Steve. A través de la metáfora, LA IMPOTENCIA ES CEGUERA, cuando Steve grita «Estoy ciego», está expresando ese trauma. Metafóricamente está gritando: «Soy impotente».

El sueño recurrente de Steve es «potente» en cuanto expresa tres de los principales sufrimientos y miedos de su vida. La metáfora es el mecanismo que relaciona el sueño con su significado. Este sueño se vuelve extremadamente potente por el hecho de tener no un significado metafórico, sino tres simultáneamente, a través tres metáforas diferentes. Dos de estas metáforas se expresan en el lenguaje cotidiano: SABER ES VER - EL PODER EN EL MUNDO ES LA POTENCIA SEXUAL, forman parte de un sistema en gran parte inconsciente de pensamiento metafórico que está a la base de gran parte de nuestro lenguaje cotidiano. LOS GENITALES SON OJOS Y LA IMPOTENCIA ES CEGUERA: estas expresiones ocupan un lugar muy distinto. Se trata de una metáfora conceptual difusa en nuestra cultura, pero tabú. De este modo, no existe una vasta gama de expresiones lingüísticas cotidianas englobadas en esta metáfora. Por ejemplo, la expresión «Me duelen los ojos» no quiere decir «Me duelen los testículos», y «Él es ciego» no quiere decir «Él es impotente».

Sin embargo, parece que la metáfora esté de todos modos presente; y hay un buen motivo. Aquí se da el tipo justo de base experiencial para que se forme una metáfora; en otras palabras, los testículos tienen la misma forma que los ojos y perder la vista vuelve una persona impotente. La existencia de una base experiencial de este género para la metáfora hace que la misma aparezca natural. Aparentemente la metáfora LA IMPOTENCIA ES CEGUERA, aunque sea un tabú y no se comprenda en el lenguaje cotidiano, forma parte de nuestros sistemas conceptuales. Si no fuera así, el mito de Edipo no tendría sentido, en tanto la ceguera, en ausencia de tal metáfora, no parecería una pena justa para el incesto.

Hay varios principios morales y teóricos que derivan de esta gama de interpretaciones del sueño de la ceguera. Ante todo, el simbolismo freudiano (como el caso de los ojos que simbolizan los genitales) puede tener el status de una metáfora sujeta a tabú, la cual no se refleja de ningún modo en las expresiones lingüísticas cotidianas, pero es psíquicamente real como otras metáforas conceptuales. En segundo lugar, las metáforas sujetas a tabú (que no se reflejan en el lenguaje), como LOS OJOS SON GENITALES Y LA IMPOTENCIA ES CEGUERA, podrían unirse a las metáforas no sujetas a tabú como EL PODER SOBRE LA TIERRA ES LA POTENCIA SEXUAL, con el fin de proporcionar conjuntamente una interpretación de un sueño. En resumen, mucho del simbolismo de Freud está presente en forma de metáforas sujetas a tabú, que no son aisladas, sino que pueden unirse a las metáforas cotidianas. En tercer lugar, puede haber interpretaciones de sueños simultáneas y todas igualmente obvias. Está claro que un sueño recurrente «poten-

te» tiene más significados de este tipo. A este propósito, me gustaría referirme a aquél que es quizá el ejemplo de interpretación de un sueño más famoso en el mundo occidental, la interpretación del sueño del faraón por parte de José, que se halla en el Génesis.

El sueño del faraón

En su sueño el faraón está paseando a orillas del río, cuando ve salir de él siete vacas gordas, seguidas por siete vacas flacas que se comen a las primeras, quedándose igualmente flacas. Pero el sueño del faraón continúa. Aparecen primero siete espigas de grano que crecen «pletóricas y bellas», y siete espigas marchitas después que las devoran. José interpreta los dos sueños como si se tratase de un único sueño. Las siete vacas gordas y las siete espigas floridas representan los años de abundancia, las siete vacas flacas y las siete espigas marchitas simbolizan los años de sequía que seguirán a los años de fertilidad. Los años de escasez «devoran» la producción de los años de abundancia.

Millones de personas, hebreos y cristianos, han leído este fragmento y han considerado sensata la interpretación de José, valorándola como una interpretación obvia y razonable de un sueño. El problema que planteo se refiere a qué hace sensata y obvia la interpretación de José -tan obvia que no parece necesaria ninguna reflexión al respecto. Incluso Freud, que cita este sueño varias veces en *La interpretación de los sueños*, parece no tener necesidad de profundizar ulteriormente en su interpretación.

Esta interpretación asume un significado para nosotros gracias a un conjunto de metáforas presentes en nuestro sistema conceptual -metáforas que nos han acompañado desde los tiempos de la Biblia. La primera metáfora utilizada es: EL TIEMPO ES UNA ENTIDAD EN MOVIMIENTO. En esta metáfora hay un observador que define el tiempo presente estando de pie, con el futuro puesto delante y el pasado detrás. El tiempo futuro se dirige a él, va a encontrarlo; el tiempo pasado se aleja a sus espaldas. He aquí unos ejemplos: «Es hora de actuar» - «Ya no hay tiempo para esperar» - «La revolución está llegando» - «El tiempo vuela» - «El tiempo pasa».

Esta metáfora define el «pasar» del tiempo: el río representa un ejemplo especial y apropiado de algo que pasa y se extiende hasta donde los ojos pueden ver. Por eso, el río es una metáfora común que se refiere al pasar del tiempo. Las vacas que salen del río son entidades singulares (bloques de tiempo - en este caso, años) que emergen del flujo temporal y se mueven hacia el observador; también las espigas son entidades que entran en escena.

La segunda metáfora utilizada: CONSEGUIR UN OBJETIVO EQUIVALE A COMER; aquí el estar gordas indica el éxito, mientras que el estar delgadas indica el fracaso. Algunos ejemplos: «Los campeones del torneo se han hartado de meterle goles al equipo zaguero» - «Tiene hambre de victoria» - «No pudo saborear la

victoria» -«El dulce sabor del éxito» - «Ha recogido los frutos de su esfuerzo» - «Tienen el plato lleno».

Esta metáfora se une a la más común de las metonimias: UNA PARTE REPRESENTA EL TODO, como en estos ejemplos: - El equipo necesita un brazo fuerte por la derecha - Tenemos un buen «guante» en la tercera base.

Como las vacas y las espigas están comúnmente relacionadas con la alimentación de carne y grano, cada vaca representa todas las vacas criadas en un año y cada espiga de grano representa todo el grano recogido en un año. Las vacas gordas y el grano representan la comida en general, que a su vez simboliza metafóricamente el éxito a través de la expresión CONSEGUIR UN OBJETIVO EQUIVALE A COMER. Las vacas gordas y el grano simbolizan también los años, por medio de la expresión EL TIEMPO ES UN OBJETO EN MOVIMIENTO. De este modo simbolizan conjuntamente los años buenos.

La metáfora final utilizada es: LAS RECURSOS SON COMIDA, en la que el derroche de recursos corresponde a la ingestión de comida. Algunos ejemplos «No gastes la saliva inútilmente» - «Se han tragado toda la madera que servía para la industria de la construcción».

El hecho de que los años buenos sean devorados por los años de escasez se interpreta como una señal de que todas las provisiones suplementarias de los años buenos serán consumidas en los años de escasez. La interpretación de ambos sueños es la suma de las cuatro partes vistas: tres metáforas convencionales y una metonimia. El sueño de la vaca y el sueño del grano, ambos son casos especiales de un único sueño más general en que las vacas y el grano representan tipos de comida.

Cabe observar que mi análisis empieza allí donde acaba la interpretación del sueño hecha por José. Esto deriva del hecho de que mi análisis es de la interpretación, no del sueño. Mi objetivo es explicar porqué un determinado análisis de un sueño asume un significado para nosotros. La respuesta es ésta: las metáforas y las metonimias presentes en nuestro sistema conceptual cotidiano proporcionan la relación entre el contenido del sueño y la interpretación. Volvamos ahora al análisis de sueños de personas que conozco bien.

El sueño del puente

Un hombre, a quien llamaré Herb, se enamoró y fue a vivir con su mujer. El cambio de residencia resultó un desastre. No conseguían vivir juntos sin pelearse. Con gran tristeza, decidieron separarse. Esa noche, él soñó que estaba junto a ella: estaban dejando Berkeley por un viaje cuando estalló un violento temporal, los dos llegaron al Richmond-San Raphael Bridge (el puente que atraviesa la bahía de San Francisco), el puente se derrumbó sobre la bahía a causa del temporal.

Este sueño utiliza dos metáforas convencionales comunes. La primera es la metáfora del Clima Emotivo, en la que las emociones interiores se convierten en condiciones externas ligadas a las condiciones atmosféricas. Así, una persona feliz

posee una actitud solar, la felicidad es la luz, mientras la tristeza y la depresión representan la oscuridad. Un ejemplo típico es la expresión: EL DESACUERDO EMOTIVO ES UN TEMPORAL. A través de esta metáfora, el temporal simboliza el desacuerdo emotivo relacionado con la lucha implicada en la ruptura del vínculo amoroso.

La otra metáfora implicada es: EL AMOR ES UN VIAJE. La partida (el viaje) corresponde al compromiso a largo plazo entre los dos amantes cuando deciden vivir juntos. El derrumbe del puente, que ha hecho imposible la prosecución del viaje, corresponde al final de la relación amorosa. Sin el puente, el viaje no podrá proseguir.

El derrumbe del puente tiene un segundo significado, proporcionado por otra metáfora común, en la que LAS RELACIONES SON ATADURAS ENTRE LAS PERSONAS. En nuestro caso, el puente que se derrumba indica el final de la relación-atadura entre los amantes.

El sueño en que se vuela

Un hombre, a quien llamaré David, lleva hasta el extremo todos sus comportamientos, tanto si se trata de trabajo, como de ocio. Intenta vivir alegremente, gozando la vida de todos los modos posibles. Trabaja como abogado, ocupándose principalmente de los casos en los que cree y les dedica mucho tiempo, a menudo meses. Es también un músico a quien gusta tocar en los nightclubs, o bien asiste a los conciertos hasta bien entrada la noche y a fiestas que duran horas y horas. Ama los deportes que se practican al aire libre, y conduce muchas horas para conseguir encontrar un lugar donde pueda pasar el fin de semana esquiendo. Hace largos paseos y carreras en bicicleta. Generalmente está contento, pero cuando llega al límite adelgaza y adquiere un aspecto macilento y deprimido.

David tiene hace tiempo sueños recurrentes en los que vuela. A la edad de veinte años soñaba que volaba demasiado alto o demasiado rápido, y se aterrizzaba. A continuación, tuvo la oportunidad de hacer algo que siempre había deseado. Viajó a París, donde trabajó entre los artistas de la calle, cantando, hizo muchos amigos y pasó un período magnífico de su vida. En esa época tenía a menudo un sueño en el que volaba particularmente alto y velozmente, se asustaba, tenía miedo de caer contra el suelo y finalmente planeaba sobre las espaldas de un amigo, para después hacer una pirueta hacia atrás y caer de pie. A partir de aquel momento, los sueños en los que volaba se volvieron placenteros. El hecho de caer de pie le había dado confianza.

Las metáforas comunes implicadas son estas:

LA ACCIÓN ES UN MOVIMIENTO QUE SE AUTOGENERA;

LA LIBERTAD ES LA AUSENCIA DE LÍMITES;

UNA ACCIÓN INTENSA CORRESPONDE A UN MOVIMIENTO VELOZ.

En esta metáfora, el vuelo es una forma de movimiento veloz sin ningún límite, pero que comporta el riesgo de caer aplastado, y esto implica hacerse daño. Metafóricamente, volar es una acción intensa que da un sentido de libertad -lo que David desea con más fuerza. Los sueños en los que está presente el fenómeno del vuelo, se presentaban en concomitancia con períodos de intensa actividad, distinguidos por un sentido de libertad -conducir un taxi en Boston; cantar por la calle en París; trabajar como abogado luchando por causas idealistas; meterse en un grupo musical y grabar un vídeo y cintas; irse de vacaciones en viajes excitantes.

En París -donde recibió la ayuda de muchos amigos- el sueño del vuelo representa una extensión de la metáfora LA AYUDA ES UN APOYO: él «planear» sobre las espaldas de un amigo. A continuación, aquel sueño se enriqueció: hacía una pirueta hacia atrás (un modo divertido de hacerse ver) y «atterrizaba» sobre sus pies (indicando la consecución de la salvación), tal como dice la expresión idiomática «caer de pie», que se apoya sobre la misma metáfora.

El sueño de la clase

Una mujer, a quien llamaré Karen, soñó que se encontraba en la clase de su profesor preferido, en el «college». Él se le acercó y le dijo que como no se había esforzado suficiente no aprobaría los exámenes.

Karen se había casado recientemente con un profesor que era colega del maestro presente en el sueño. Cuando se casó, dejó el trabajo, que había odiado siempre y en el que no se había esforzado nunca. Temía que al no trabajar pudiera contribuir a la aparición de problemas económicos, los cuales, a su vez, podrían hacer fracasar también el matrimonio.

El mecanismo metafórico que relaciona el sueño y el conocimiento con una interpretación, se llama el esquema de la metáfora de LO GENÉRICO ES ESPECÍFICO. Es un esquema a través del cual una situación general se interpreta como una situación específica. De este modo, un Caso General es interpretado en relación con el que llamaremos el Caso Particular n.1. Dado que el Caso General engloba otros casos particulares, otro caso particular -llamado Caso Particular n.2- puede muy bien comprenderse en base al Caso Particular n.1. El resultado es una analogía metafórica entre el Caso Particular n.1 y el Caso Particular n.2.

En el sueño, el Caso Particular n.1 viene dado por una relación positiva con el profesor, dentro de un curso de estudios. El Caso General viene dado por una relación positiva con un profesor, dentro del matrimonio. La analogía metafórica genera una correspondencia metafórica.

- El profesor preferido de Karen, presente en el sueño, es su actual profesor preferido: el marido.

- Esforzarse en la aula para conseguir el éxito, equivale a trabajar para la consecución del éxito dentro del matrimonio.

- Suspender los exámenes equivale al fracaso del matrimonio.

El sueño expresa el miedo, sentido por Karen, a que el propio matrimonio fracase por el hecho de que ella haya dejado el trabajo.

El sueño de la bomba de relojería

Una mujer, a quien llamaré Eileen, se soñó a sí misma en el acto de observar un mulo sometido a una intervención quirúrgica en el cerebro. Después de la incisión, se le abría la cabeza al mulo y en su interior se colocaba una bomba de relojería. Una vez cosida la cabeza del mulo, el animal huía, transformándose a la vez en un bellissimo caballo, muy agraciado. Eileen sentía terror al mirar aquel caballo que trotaba con mucha gracia, con una bomba de relojería dentro la cabeza.

Para comprender este sueño, son necesarias las siguientes informaciones.

- Nuestro estereotipo cultural del mulo sostiene que es (a) terco, (b) estéril y (c) desgraciado, respecto al caballo.

- Eileen está enamorada de un hombre y desea casarse con él. Tiene ya un hijo, nacido de un matrimonio anterior, y a su edad (en base a su reloj biológico) es improbable que tenga hijos del segundo matrimonio, lo que la entristece.

- Está muy decidida respecto a la manera cómo quiere vivir su vida. Quiere hacer carrera en un sector particular, y en este punto de su vida siente que el «reloj» está a punto de indicar que su tiempo se acaba. Debe, por tanto, darse prisa.

- Además, el modo en que ha imaginado siempre hacer carrera, contrasta con sus proyectos matrimoniales. En realidad, numerosos proyectos y deseos contrastan con el matrimonio que ella desea tanto. Así, esta mujer está tratando de satisfacer deseos contrapuestos.

- Eileen es una persona ansiosa. En el pasado había sufrido ataques de ansiedad. Durante algunos años estuvo en tratamiento, pero en la época del sueño no tomaba medicación desde hacía bastantes meses. Justamente antes del sueño, le vino un ataque de ansiedad y acabó peleándose con su futuro marido, manifestándole sus deseos conflictivos. Teme que le sobrevengan más ataques de ansiedad.

- Eileen siguió una terapia durante cuatro años, precedentemente al acontecimiento del sueño; se trató de un período caracterizado por una falta de actividad y compromisos, a causa de los ataques de ansiedad. Cuando empezó la terapia, había acabado de romper una dolorosa relación que duraba desde hacía bastante tiempo, y tenía dificultades para relacionarse con los hombres, al igual que en el campo profesional. Gracias a la terapia, consiguió reencontrar el equilibrio. Construyó una buena relación con un hombre (aquél con quien ahora se quiere casar) y volvió a perseguir sus metas profesionales.

Eileen es también una bailarina a quien le gusta la actividad física, sobre todo las clases de aeróbic, en las que participa regularmente. Confía en la actividad física para mantenerse sana y fuerte. Su excelente forma física la hace constantemente consciente del hecho de poder tener hijos todavía.

Los mecanismos que relacionan el sueño de Eileen con su vida son la Gran

Cadena del Esquema de la Metáfora del Ser (Lakoff y Lean, 1989) y una de las principales metáforas sobre las ideas - LAS IDEAS SON OBJETOS PRESENTES EN LA MENTE.

Según la metáfora LAS IDEAS SON OBJETOS, las ideas se mueven en dirección a sus consecuencias. Así, el hecho de seguir una idea implica estar ligados a sus consecuencias. Las ideas con consecuencias incoherentes se mueven siguiendo direcciones opuestas. Éstas ejercen presión, la una sobre la otra, y entran, por tanto, en conflicto.

El esquema metafórico de la Gran Cadena utiliza una versión popular de la Gran Cadena del Ser, según la cual existe una jerarquía de seres: los seres humanos se ponen en el vértice, los animales superiores debajo de los primeros, todavía más abajo están los animales inferiores, las plantas y los objetos inanimados. El esquema metafórico es un mecanismo gracias al cual el comportamiento humano se comprende en relación al comportamiento de formas inferiores de seres que forman parte de la cadena. La metáfora actúa atribuyendo metafóricamente a los seres humanos las propiedades de los seres inferiores de la cadena. En la Gran Cadena, el ser inferior es el mulo; sus propiedades conocidas son la torpeza, la esterilidad, la torpeza (deducidas de la comparación con el caballo).

Antes de la terapia (una intervención a nivel de la cabeza), Eileen era metafóricamente un mulo; la terapia le permitió volver a esforzarse, transformándola de un mulo en un caballo agraciado. Pero ella conserva las propiedades del mulo: torpeza y esterilidad. Es terca respecto al modo en que quiere vivir su vida; es estéril en cuanto no tendrá hijos del segundo matrimonio. Los deseos contrapuestos (el deseo de casarse y las aspiraciones de su carrera) le fueron restituidos por la terapia, la intervención en la cabeza. Pero los deseos están en conflicto entre ellos, ejercitando una fuerza el uno contra el otro dentro de su cabeza, están metafóricamente a punto de explotar. Representan una bomba de relojería, puesta en su cabeza. La bomba de relojería simboliza también su «reloj biológico» y el «reloj profesional», la explosión potencial simboliza la destrucción de las esperanzas de tener otros hijos y de seguir la carrera. La amenaza de la vuelta posible de los ataques de ansiedad simboliza otro tipo de «explosión» metafórica. Mientras tanto, en la actividad física alegre, en el buen funcionamiento de la relación y en éxito de su carrera, Eileen es un caballo agraciado (¡con una bomba de relojería en su cabeza!).

El sueño del puzzle

Una mujer, a quien llamaré Jane, soñó que estaba invitada a casa de una pareja de ancianos judíos que conocía, los cuales la acogían calurosamente. Poco después, ella entraba en una habitación antigua y, junto con la hermana pequeña, empezó a sacar de una bolsa de plástico las piezas de un puzzle, e intentó recomponerlo. Las piezas tenían forma de tazas, platos y utensilios de cocina. Después entró en la cocina junto a la pareja de ancianos, mientras la hermana caminaba en otra

dirección, saliendo así de escena.

Jane es mitad católica y mitad judía. El padre, judío, se había convertido al catolicismo e impartió una educación católica a su hija. No tuvo una infancia feliz; los padres eran fríos y tenían poca comprensión y afecto por ella. Jane sentía que sus padres no la habían aceptado nunca. Siempre había querido que sus padres fueran comprensivos y la apoyaran. De los otros ejemplos que ha tenido ocasión de observar, ha sacado la convicción de que los padres judíos son más comprensivos y apoyan más a sus hijos que los padres católicos.

Jane renegó de la iglesia en edad adolescente. La hermana menor, en cambio, se convirtió en católica ferviente y hoy es activa en el interior de la iglesia; se ha casado con un hombre católico, sus hijos van a una escuela católica.

Jane se ha sentido siempre confundida respecto a la propia identidad étnica. Recientemente, se ha enamorado de un hombre judío, con el cual piensa seriamente en casarse, y ha empezado a sentir positivamente la parte judía que hay en ella. Está todavía decidiendo la propia identidad étnica. También está intentando decidir la relación con su hermana.

En el sueño, la anciana pareja de judíos simboliza una pareja de padres alternativos, en los que predomina la otra mitad de su origen étnico -la aceptación de los padres judíos, más que los fríos padres católicos. A través del juego con la hermana, ha retrocedido al período de su infancia. Está juntando las piezas del puzzle que representa su identidad. Las piezas son copas, tacitas y otros utensilios de cocina, los cuales representan (metonimia) el hogar doméstico. El acto de entrar en la cocida con la anciana pareja de judíos, indica que ella está escogiendo una casa judía. La hermana toma otra dirección, escogiendo una casa católica.

Los mecanismos de esta interpretación del sueño son (a) el esquema metafórico LO GENÉRICO ES ESPECÍFICO, (b) la metáfora LOS PROBLEMAS SON PUZZLES, (c) la metonimia LOS INSTRUMENTOS REPRESENTAN LA ACTIVIDAD, y (d) la metáfora ESCOGER UNA COSA ES DIRIGIRSE HACIA ELLA.

El análisis de LO GENÉRICO ES ESPECÍFICO funciona de este modo:

- primer caso específico: la pareja anciana;
- el caso general: las parejas ancianas;
- segundo caso específico: los padres de Jane;
- la analogía: los padres de Jane son los ancianos cónyuges.

Dado que la pareja anciana es judía y acepta Jane, sus dos miembros representan los padres judíos que aceptan Jane.

En el sueño, Jane está recomponiendo las piezas de un puzzle. A través de la metáfora LOS PROBLEMAS SON UN PUZZLE, ella está intentando resolver un problema. Las piezas del puzzle son utensilios domésticos –tazas, platitos, utensilios de cocina. A través de la metonimia LOS INSTRUMENTOS REPRESENTAN LA ACTIVIDAD, los utensilios domésticos representan la vida doméstica en general. En su vida, Jane está obsesionada por el problema de entender cuál es su identidad,

ligado a la conciencia de ser una persona cuya vida familiar -a medida que iba creciendo- ha disminuido, una persona que ha renegado de la religión de sus padres. El acto de juntar las piezas del puzzle de su vida familiar, corresponde a la elaboración que ha hecho ella con respecto a este doloroso problema.

La última metáfora en juego es: ESCOGER UNA COSA ES DIRIGIRSE HACIA ELLA; RECHAZAR UNA COSA ES ALEJARSE DE ELLA. La encontramos en expresiones como: - «Quería comprar aquella casa, pero se ha echado atrás» - «No lo tocaría ni con un bastón a dos metros de distancia».

El hecho de que Jane entre en la habitación junto a la pareja de ancianos judíos simboliza la elección de una vida familiar judía -la vida con el futuro marido. El hecho de que la hermana vaya en la dirección opuesta, simboliza su elección respecto enfoque de una vida familiar de tipo católico.

CONCLUSIÓN

Nuestros sistemas conceptuales contienen un amplio sistema de metáforas conceptuales, que definen las correspondencias entre los varios ámbitos conceptuales, desde los espaciales y concretos a los más abstractos. Estas metáforas convencionales tienen el poder de ligar las imágenes concretas, sobre todo imágenes visuales, a conceptos más abstractos.

Dado que el sistema de metáforas es una parte fija de nuestro sistema inconsciente de conceptos, las metáforas convencionales están siempre a punto de ligar las imágenes concretas a los significados abstractos. Además, dados los significados abstractos, el sistema de metáforas puede actuar para limitar la elección de imágenes concretas aptas para expresar aquellos significados. En consecuencia, las problemáticas de la vida cotidiana pueden expresarse por medio de imágenes concretas y de metáforas. Nuestro sistema de metáforas conceptuales hace posible la expresión de deseos y miedos, y permite al mismo tiempo describir situaciones cargadas emotivamente.

El sistema de metáforas se estudia hoy de manera sistemática y científica. El resultado es una especie de diccionario del pensamiento inconsciente, el análisis de una amplia parte de aquello que Lacan, creo, llamaría «lenguaje del inconsciente».

El sistema de metáforas utilizado por los que pertenecen a una misma cultura, puede considerarse compuesto de dos partes: las metáforas convencionales cotidianas que, aunque inconscientes, se reflejan en el lenguaje cotidiano; y las metáforas sujetas a tabú las cuales, a causa de su naturaleza prohibida, no se expresan en el lenguaje convencional. Gracias a su interés por la sexualidad y la represión, Freud se ocupó muchísimo de las metáforas sujetas a tabú. En cuanto lingüista de profesión, yo me ocupé ampliamente de las metáforas cotidianas que aparecen en el lenguaje ordinario.

Dado que el análisis de los sueños ha sido llevado a cabo más bien por los psicoterapeutas que por los lingüistas cognitivos, los tipos de análisis que he

discutido no han sido nunca estudiados de modo sistemático y riguroso. Ahora que la ciencia cognitiva y la lingüística han favorecido la comprensión de nuestros sistemas metafóricos cotidianos, se hace posible aplicar de modo sistemático este tipo de conocimiento a la interpretación de los sueños.

Las metáforas cotidianas no sujetas a tabú son tan importantes para la comprensión de los sueños, como las prohibidas. Algunos terapeutas poseen una comprensión instintiva del modo en que nuestro sistema metafórico cotidiano actúa en el interior de nuestros sueños.

Pero esto no vale para la mayor parte de los terapeutas. Cuando leo libros sobre el análisis de los sueños realizado por psicoterapeutas, raramente encuentro que se ponga la justa atención a los aspectos de los significados de los sueños que dependen del sistema metafórico cotidiano.

El sistema metafórico está muy lejos de ser obvio. Quienes deseen hacer uso de la interpretación de los sueños, deberían probablemente estudiar el modo en que funciona el sistema. Después de todo, cuando se utiliza el lenguaje del inconsciente, puede ser útil seguir algunas lecciones de gramática o tener un diccionario a mano.

Querría acabar con una reflexión sobre algo de lo que no he hablado. En concreto quiero decir que no estoy promoviendo una nueva forma de terapia onírica. Obviamente, no pretendo afirmar que el análisis de la metáfora sustituya otras formas de trabajo sobre el sueño en el ámbito de la terapia. El sistema metafórico será utilizado inevitablemente en todo tipo de trabajo referente a los sueños, en cuanto todos nosotros empleamos este sistema cada vez que pensamos. Pero el sistema metafórico no determina la forma que tomará el sueño. Por ejemplo, Fritz Pearls introdujo en la terapia de la Gestalt la técnica consistente en hacer asumir al soñador el papel de todas las personas o cosas presentes en su sueño. De este modo los soñadores, casi sin ninguna excepción, utilizan (de un modo u otro) su sistema cotidiano de metáforas; pero el poder de la técnica terapéutica no está en el uso del sistema metafórico en sí. Es como en el caso de la poesía leída en una lengua extranjera: es necesario utilizar un diccionario, pero el significado de la poesía dista mucho de ser simplemente el contenido en un diccionario.

Los sueños constituyen un proceso natural a través del cual se expresan miedos, deseos y experiencias cargadas emotivamente, por medio de representaciones metafóricas. En este artículo se analiza de qué modo las metáforas, como esquemas conceptuales, estructuran los sueños y permiten su interpretación.

Traducción: Laia Villegas Torras

Nota Editorial: Este artículo apareció en la Revista *Psicoterapia*, 2, (4), 9-33, 1996, dirigida por Marco Casonato y editada por Moretti & Vitali con el título «Come la Metafora struttura i sogni. La teoria della metafora concettuale applicata. all'analisi dei sogni». Agradecemos el permiso para su publicación.

Referencias Bibliográficas

- FREUD, S. (1900). *The Interpretation of Dreams*. New York: Avon Books.
- KRAMER, M. (1991). *Dream Translation. A Non-associative Method for Understanding the Dream*. «Dreaming» Vol 1 N° 2.
- LACAN (1977). *Ecrits*. New York: Norton.
- LAKOFF, G. & MARK, J. (1980). *Metaphors We Live by*. University Of Chicago Press : Chicago.
- LAKOFF, G. (1987). *Women Fire and other Dangerous Things*. University of Chicago Press: Chicago

EL DISCURSO ONIRICO: APLICACION DE LAS TECNICAS DE ANALISIS TEXTUAL A LOS SUEÑOS EN PSICOTERAPIA

Manuel Villegas Besora y Monica Ricci
Facultat de Psicologia, Universitat de Barcelona
Passeig de la Vall d'Hebron 171, 08035 - Barcelona
Email: mvillegas@psi.ub.es

In this article dreams are considered as analogical texts. From this perspective it is possible to interpret them using textual analysis techniques. The methodological steps to implement the textual analysis of dreams are specifically described and applied to different oniric narratives.

Key words: dreams, textual analysis, oniric discourse, metaphor, interpretation.

INTRODUCCION

Independientemente de si los sueños se producen al azar, consisten en transformaciones de estímulos íntero- o éxtero-ceptivos desencadenados durante el reposo, se forman a partir de residuos de imágenes diurnas, remiten a imágenes arquetípicas inconscientes, constituyen la vía regia al inconsciente reprimido o, simplemente, responden a descargas neuronales aleatorias provenientes del tronco encefálico, producidas espontáneamente durante la fase REM (Hobson, 1985, 1988), el hecho es que muchos pacientes traen el relato de un sueño a las sesiones de terapia. Contar un sueño en psicoterapia implica, a nivel pragmático, que en su experiencia los sujetos les atribuyen algún posible significado, porque lo presienten de algún modo o piensan que debe ser así de acuerdo a lo que han visto en las películas o leído en libros y revistas.

Las posibles teorías implícitas de los pacientes sobre el significado de los sueños y su valor terapéutico plantea al terapeuta la necesidad de desarrollar una metodología para abordar su utilización y análisis en psicoterapia. Desde el Psicoanálisis (Freud, 1900 y Jung, 1964, 1974) a la Gestalt (Perls, 1969), todos los modelos psicoterapéuticos, excepción hecha de los más estrictamente conductuales,

han atribuido con mayor o menor énfasis algún papel significativo a los sueños y han elaborado algunas técnicas para trabajar con ellos en psicoterapia. Los distintos usos y abusos, en cualquier caso, han venido condicionados por los referentes teóricos propios del marco conceptual de cada modelo, haciendo difícil, e incluso con frecuencia incompatible, la transferencia de metodologías entre ellos.

La metodología de trabajo que proponemos en este artículo se basa en la consideración del sueño como un texto, dado que, excepción hecha para aquellas técnicas que trabajan el sueño en vigilia como un «ensueño dirigido» (Desoille, 1975), inducido con técnicas hipnóticas o que actúan el sueño dramáticamente en la sesión como la Gestalt, para el resto de técnicas psicoterapéuticas el sueño es un relato, que se presenta en la forma de un *texto*. De este modo el sueño experimenta el mismo proceso de transformación discursiva que las demás experiencias del individuo: éstas son vividas en un momento determinado y construidas posteriormente en el lenguaje para darles significado y perpetuarlas en el recuerdo.

EL SUEÑO COMO TEXTO ANALÓGICO

Desde la perspectiva del análisis del discurso, que es la que seguimos en este trabajo, el sueño pertenece a la categoría de los *textos analógicos*, conformada por sueños, metáforas, parábolas, fábulas, proverbios, etc., cuya interpretación exige su conversión en un texto lógico, mediante una recontextualización semántica global.

La característica común a este tipo de textos, tal como puede verse en el cuadro I, retomado de Villegas (1992), es la falta de correspondencia isotópica entre el significado literal y el significado intencional, un significado que, como indica la palabra metáfora (Kittay, 1987) se sitúa a un nivel distinto (por encima) del literal, lo que permite diversidad de lecturas sujetas, inevitablemente, a un proceso de interpretación y las exime, además, de la exigencia de veracidad, aunque no de la de plausibilidad.

CUADRO I

MODALIDADES DISCURSIVAS Y CARACTERÍSTICAS TEXTUALES

DISCURSO TEXTOS	estructura textual	contexto semántico	contexto pragmático
lógico	coherente [+]	isotópico [+]	adecuado [+]
analógico	coherente [+]	isotópico [-]	adecuado [+]
paralógico	coherente [-/+]	isotópico [-/+]	adecuado [-]

Esta duplicidad de significados (literal e intencional) en la metáfora tiene sus orígenes en la evolución del lenguaje humano, que, más allá de la simple función semiótica o comunicativa, permite representar las realidades ausentes a través de la función denotativa y resaltar su valor por medio de la función connotativa. Pero la evolución del lenguaje no se ha limitado a re-presentar las cosas nombrándolas, sino a re-crearlas otorgándoles significados y funciones que trascienden su status ontológico: de este modo la manzana del árbol del paraíso se convierte en el símbolo de la tentación y «morder la manzana» en una expresión equivalente a «caer en la tentación».

El desarrollo de esta función simbólica o metafórica lo consigue el lenguaje usando la analogía. Ya Aristóteles en su Poética establecía los criterios para justificar la metáfora en base a la analogía: «La vejez es a la vida, como la tarde es al día; por ello se puede decir que la vejez es la tarde o el ocaso de la vida». La base de la analogía es la comparación por la que se establece un parangón entre dos o más entidades en virtud de alguna propiedad común presente ya en la naturaleza de los elementos comparados, por cuyo medio un aspecto connotativo compartido permite la sustitución de un referente denotativo por otro: «Juan es una gacela» (corre o es tan veloz como una gacela).

En otros casos la cualidad presente en ambos elementos de la comparación ha sido establecida a propósito de algún contexto cultural particular, como en las fábulas, mitos, parábolas y cuentos: «Lisa es una hormiguita» (trabaja como una hormiga, a propósito de la fábula de Esopo sobre la hormiga y la cigarra). En todos esos casos no queremos decir que Juan o Lisa sean animales, gacelas u hormigas, (significado literal), sino que se comportan como ellos en algunas de sus propiedades (significado intencional). Es decir, a través de la analogía una entidad hace las veces de otra ejemplificándola, indicando elementos comunes a ambas, pero sin suplantarla, puesto que no se trata de una identidad, sino de una equivalencia o semejanza conceptual. De acuerdo con Lakoff (1993) la metáfora desarrolla un esquema conceptual de orden supraordenado, compartido por ámbitos de significado más específicos.

La comprensión de la metáfora requiere con frecuencia la explicitación de los referentes aludidos y de los nexos comunes de significado para corregir el efecto anisotópico que implica la transgresión de los significados literales, producido por la analogía. Esto equivale a una traducción de un lenguaje literal a otro intencional, sustituyendo el primero por el segundo a fin de permitir una interpretación en términos de correspondencia con sus equivalentes semánticos. La dificultad de esta sustitución se hace particularmente evidente cuando se intenta efectuar la traducción de un idioma a otro. Por ejemplo la palabra «máquina tragaperras» no tiene su equivalente literal en catalán «máquina empassa-monedas», sino «escura-butxaques» (limpia bolsillos), porque ambos idiomas parten de metáforas distintas.

La dimensión metafórica permite utilizar unas palabras para significar otras,

afectando solamente a algunos elementos de la frase. Otras veces, como en el caso de los proverbios, dichos o frases hechas, puede extenderse a una parte o a la frase entera. Pero con frecuencia, como sucede en las fábulas, mitos, parábolas, o en la mayoría de los sueños es todo el conjunto del relato el que adquiere una dimensión metafórica. Esto significa que el texto manifiesto posee una duplicidad de significados, literal e intencional, (efecto anisotópico), cuya comprensión exige las más de las veces, como ya queda dicho, la creación de otro texto (lógico) en un contexto de producción compartido. Así por ejemplo, la explicación del significado de una fábula, de un mito o de una parábola requiere la creación de un nuevo texto, explícito, a veces, en el propio texto en forma de moraleja final, sujeto, otras, a un trabajo más o menos laborioso de interpretación.

Siendo los sueños textos predominantemente analógicos o metafóricos (Lakoff, 1993) precisan, en consecuencia, ser transformados en textos lógicos, donde los componentes textuales mantengan no sólo una coherencia entre sí, claramente identificable en la estructura textual, sino en relación al mundo exterior, es decir sean isomórficos con el contexto existencial en que se produce el sueño.

Ahora bien no todos los sueños presentan el mismo grado de transformación analógica o de metaforización, siendo algunos claramente isomórficos con la experiencia real (sueños literales, subsecuentes a una vivencia más o menos actual o inmediata, o incluso premonitorios de acontecimientos por venir), mientras que otros, particularmente en el caso de esquizofrenia (Carrington, 1972; Kant, 1942; Wilmar, 1982), excediéndose notablemente en su libertad transgresora, pueden llegar a presentar una estructura propiamente paralógica, caracterizada por la incoherencia y la falta de correspondencia semántica.

En este artículo evitaremos hablar de los primeros por su obviedad y de los últimos por considerarlos inscritos en la categoría de textos paralógicos a los que pensamos dedicar en el futuro una consideración más específica, para centrarnos en aquellos sueños, la mayoría, que presentan una estructura analógica y que requieren un trabajo de interpretación específico.

TIPOLOGIA TEXTUAL DE LOS SUEÑOS

Para llevar a cabo esta tarea hermenéutica puede ser útil considerar, en primer lugar, la diversidad de tipologías textuales bajo la que pueden presentarse los sueños. Distinguiremos básicamente cinco modalidades específicas: narrativa, descriptiva, kinestésica, estática y simbólica.

- **Narrativa:** relatos de sueños que presentan la estructura típica de las narraciones, compuesta por un escenario donde se desenvuelve una acción o se produce una situación en la que participan uno o más actores o agentes los cuales se ven envueltos en la dinámica de los acontecimientos que se desarrollan siguiendo un proceso temporal hasta llegar a un punto culminante o nudo dramático que desemboca en el

desenlace, en lo que se considera el final o conclusión. Jung (1974) consideraba el sueño estructurado como un «drama», constituido por cuatro fases: a) exposición, b) desarrollo narrativo, c) culminación o peripecia y d) solución o, su contraria, catástrofe. El siguiente sueño constituye un buen ejemplo de tipología narrativa:

«Dos amigas me cuentan que ha habido un accidente cuando estaba con ellas en el coche, pero yo no recuerdo nada. Me hablan de este hecho porque en el accidente ha habido un muerto. Un chico joven que yo tendría que conocer, pero que no caigo en quién pueda ser, porque no me acuerdo en absoluto de este acontecimiento. A causa de su insistencia empiezo a sentir curiosidad y a preguntar cómo ha sucedido; pero por más que me cuentan no recuerdo nada hasta el punto que llego a sospechar que me están tomando el pelo. A continuación me encuentro en un cementerio, donde los muertos están enterrados en tierra con las lápidas encima. Mientras doy vueltas por este cementerio observo algo así como un sarcófago. Me acerco y veo que no se trata de una tumba normal, sino de una momia. Aparece como un espectro hasta medio cuerpo, envuelto en una sábana. Se ven los agujeros de los ojos y la boca y los brazos cruzados ante el pecho. Me acerco todavía más para verla mejor y cuanto más me acerco tanto más cambia la momia, hasta parecer tomar cuerpo. Cuando estoy cerca reconozco el rostro de un chico, que por la oscuridad no resulta muy nítido. Me sobrecoge su mirada con los ojos abiertos como platos y dirigiéndome a mis amigas les espeto: ¿pero habéis visto esto? Ellas me responde que es el chico muerto en el accidente y me preguntan si lo reconozco o lo recuerdo. Pero no lo consigo en absoluto. Permanezco allí largo tiempo para ver si se me ocurre algo, pero sin ningún éxito. Lo único que puedo decir es que me atrae y que me hubiera gustado conocerle. Estoy dispuesta a marcharme cuando me da la impresión de que mueve los ojos. Me doy la vuelta para verlo mejor. Los ojos se mueven de tanto en tanto. Me quedo perpleja y aterrorizada, pero continuo mirando: parece moverse.

Ante esta situación, presa del pánico, me pongo a correr para escaparme del cementerio donde me doy cuenta que me había quedado sola. Busco cualquier camino a cuyo término se pueda vislumbrar alguna luz, pero en cambio me parece que he entrado en un bosque de árboles altísimos, con musgo y muy oscuro y no encuentro por ninguna parte la luz que me indique la salida. Termino por darme cuenta que no podré salir de allí porque tal vez no he cogido el camino correcto. Al mismo tiempo me doy cuenta que el muchacho me ha seguido y está a punto de atraparme. Me subo a un árbol y el chico empieza a subir detrás mío. En esta situación decido bajarme del árbol y hablar con él. Resulta ser muy joven y dulce, y no me da miedo. Le pregunto qué es lo que quiere de mí, porqué me persigue. Y él, sacando una navaja, dice que me tiene que hacer una incisión en el talón para que así me

acuerde de él. Entonces intento convencerlo de que no está bien lo que quiere hacerme. Le pregunto además por qué quiere que me acuerde de él y me responde que él está muerto y ésta sería la única manera de que mantenga vivo su recuerdo. Finalmente consigo convencerlo y él acaba por ceder, mostrándose sumamente tierno y dulce. Y yo me despierto.»

- **Descriptiva:** situaciones o escenarios sociales donde apenas hay acción, o al menos ésta no sigue o no está estructurada sobre una secuencia temporal desarrollada.

«Me gustaría contar un sueño que he tenido, que en realidad es recurrente en el que me encuentro en unos almacenes donde venden de todo y yo estoy subiendo y bajando por las escaleras mecánicas porque estoy buscando a mi hijo, pero a quien encuentro de hecho es a mi madre y a mi hermano.»

«En la calle, próximas a mi antigua casa, hay tres o cuatro chicas desconocidas de aspecto superior a mí; una de ellas va desnuda de cintura para arriba y yo me siento muy incómoda.»

- **Kinestésica:** Movimientos, sensaciones, emociones, casi en estado puro, de naturaleza física o fisiológica, sin apenas contexto de interacción social.

«Tengo un sueño muy repetitivo donde me veo volando por encima de altas montañas o sobre el mar, parece que me voy a caer o que me voy a estrellar contra los acantilados; esto me produce una gran sensación de angustia; pero en el último momento siempre remonto el vuelo. Generalmente me despierto con este miedo a caerme, pero con la sensación de haberme librado una vez más, hasta la próxima.»

«Voy conduciendo el coche por la autovía de litoral. Sobre la orilla se desploman olas gigantescas y yo me debo despabilar para escaparme de las olas. Me siento angustiada y tengo miedo.»

«Estaba en una isla que para mí resultaba familiar y agradable. De pronto surgían del mar unos monstruos que invadían la isla. Yo me ponía a volar sobre el mar, pero con la sensación de escaparme, de huir por miedo ante el peligro, en lugar de quedarme y luchar o correr la suerte de los demás. Esto me hacía sentir culpable... Volaba sin rumbo sobre el mar. De pronto veo un puerto que no identifico. Aterrizo como puedo sobre una nave, como una carabela de Colón, la Sta. María o la Pinta. Hay gente extranjera. Pregunto en qué país estoy y me dicen que en Venezuela. He llegado a un puerto donde nada me es familiar. Siento añoranza de la isla que he abandonado y remordimientos por haberme escapado y no haberme quedado.»

- **Icónica:** imágenes quietas, como fotos fijas o inmóviles, sin desarrollo de una acción ni interacción con otros personajes.

«Me veo sentada en el suelo del patio de la casa antigua donde vivía de pequeña buscando algo por tierra».

«Fuera está nevando»

«Siempre que estaba mala soñaba que había algo en la arena removiéndose, no tenía cara, pero era algo que se removía mucho, mucho; daba vueltas y más vueltas, se removía mucho y luego volvía a serenarse la arena y a ponerse lisa»

Los sueños relatados hacen referencia casualmente a acciones personales o impersonales, pero pueden estar constituidos por simples objetos, animales, paisajes o incluso palabras o números. El siguiente sueño está formado por sólo palabras que la paciente ve escritas en una pizarra:

«Veo escrita la palabra «expresa». La palabra va evolucionando en la pizarra. Ella expresa, ex-presa, deja de ser presa. Expresa, lo contrario de «depresa» (deprimida). Expresa lo contrario de represa (reprimida)», que la paciente relaciona con el significado del momento actual de su proceso terapéutico.

- **Simbólica:** aparece un elemento que predomina sobre la acción, los movimientos o las sensaciones, que para el sujeto tiene un significado especial o simbólico.

«He soñado con una escultura de bronce en forma de escorpión, que en realidad he visto en un museo, pero que en el sueño se transformaba, adquiriría vida y empezaba a envolverme con sus brazos articulados de metal, mientras yo intentaba librarme afanosamente de ellos. Me llama la atención que sea precisamente esta escultura de bronce en forma de escorpión, la que intenta aprisionarme con sus tentáculos y me pregunto qué puede significar».

«Encuentro en la cama dos esqueletos. Me llama la atención el aspecto mecánico de sus articulaciones y la asepsia de sus hueso que parecen de plástico. En un momento determinado uno se pone encima del otro como si fueran a copular. Después se levantan y marchan cada uno por su lado de forma igualmente mecánica. Yo estoy presente observándolo».

TECNICAS DE ANALISIS TEXTUAL ONÍRICO

Excepción hecha de aquellos sueños que presentan una clara isotopía literal y una buena estructuración textual, el resto, la inmensa mayoría, requiere una serie de operaciones que pueden representar distinto grado de complejidad o de dificultad según los casos. Las operaciones que exige llevar a cabo su análisis se producen básicamente a tres niveles, manifiesto, transformativo y generativo, correspondientes a las siguientes funciones específicas: construcción, comprensión e interpretación de los textos.

a) **Nivel manifiesto:** construcción del texto onírico. Dotar al sueño de una estructura textual (Convertir el sueño en un texto, proveyéndolo de coherencia estructural)

b) **Nivel transformativo:** comprensión del fenotexto. Otorgar al sueño un significado intencional. (Transformar los significados metafóricos en sus equivalentes intencionales: recontextualización semántica)

c) **Nivel generativo:** interpretación del genotexto. Comprender el sueño en el contexto existencial del sujeto. (Identificar la matriz discursiva: función hermenéutica).

A éstas operaciones hay que añadir la de contextualización pragmática que, en nuestro caso, hace referencia al uso del sueño en psicoterapia, al sentido de su inclusión, tanto por parte del paciente como del terapeuta, en el conjunto del proceso psicoterapéutico.

LA CONSTRUCCIÓN DE LOS TEXTOS ONÍRICOS (RELATOS SOBRE SUEÑOS):

Cuando un paciente trae a terapia el relato de un sueño ha tenido que proceder previamente, al igual que sucede con el relato de cualquier experiencia cotidiana, a su transformación en un texto. El proceso de producción de los textos ha sido analizado por nosotros en trabajos anteriores (Villegas, 1992 y 1993b) y no volveremos aquí a repetirlo. En cualquier caso conviene recordar que consiste básicamente en un proceso de transformación lingüística de una matriz discursiva a una estructura textual.

Esta operación transformativa es producto de procesos en parte conscientes y en parte automáticos del procesamiento psicolingüístico. Pertenece a los primeros el proceso de planificación, mientras forman parte de los segundos los de codificación y articulación lingüística.

Dado que el sueño está constituido básicamente por sucesiones de imágenes que, independientemente de su origen, se forman espontáneamente sin planificación previa o consciente por parte del sujeto, su transformación en un relato requiere la observancia de ciertas condiciones de textualidad comunes a todos los textos, tales como las relativas a la codificación morfo-sintáctica, la selección del léxico y la organización micro- y macro-estructural de las frases. De este modo cuando el paciente trae a sesión el relato de uno sus sueños suele haber realizado ya, previamente, el trabajo de transformación del sueño en un texto que cumple suficientemente las condiciones de textualidad. Así, el relato de un sueño bien construido puede someterse a un análisis textual con los mismos criterios con que se analizaría cualquier otro: división del texto en microestructuras, análisis de la redundancia, análisis de la coherencia, macroestructura y síntesis macroproposicional. Sirva como ejemplo el relato referido a un sueño de un paciente al que hemos denominado Bill, cuyo texto es el siguiente:

«Estoy en Francia en un viaje de fin de curso con todos los gastos pagados. Viajamos en un tren que nos debe llevar a París. Estoy hablando con un chico yugoslavo que vive ahora en Italia (en realidad lo he encontrado en Rimini en

la biblioteca y me he dado cuenta de que es el hermano de un compañero de clase de mi hermana). Llegados a un cierto punto del trayecto él debe bajar y yo le digo, tomándolo a parte, que su hermano suele decir que su familia es de Sarajevo y que son los sobrinos del director de la película Underground. El se enfada mucho, dice que es un mentiroso y me da dos puntapiés. Después baja y bajo también yo para despedirlo, pero después me alejo demasiado, porque debo indicarle el camino para volver a Italia (a Padova o a Brescia, no me acuerdo). Después me doy cuenta de que el tren ya se ha marchado. Entonces arrastrándome por tierra voy siguiendo solo las vías del tren por el campo ya cerca de París y reconozco en la oscuridad de la noche las luces de la Torre Eiffel y me pregunto: ¿cómo es posible que los haya perdido? y ¿cómo lo he hecho para ir tan rápido? Después de alguna manera los vuelvo a encontrar y vuelvo a estar en el tren, donde, obviamente, reivindico mi derecho a no pagar el billete de nuevo. La conductora me hace subir, pero después empieza a decir que no podía, que tengo que pagar una cantidad importante por el billete, equivalente a la totalidad del trayecto del tren, pero desproporcionada respecto al poco camino que nos queda por hacer. (En el tren deberían estar mis profesores y compañeros, pero nadie interviene a mi favor o, al menos, no sirve de nada su intervención). Entonces empiezo a gritar y a despotricar ostentosamente contra la conductora. (El sueño se termina aquí porque me despierto)».

Las características particulares de los sueños pueden afectar, sin embargo, al proceso de su construcción textual. A veces el relato se construye en la misma sesión, gracias a la evocación gradual de los recuerdos ligados al sueño, a medida que va avanzando el relato. Puede suceder que el paciente empiece por una expresión tan vaga como la siguiente:

«He tenido un sueño muy raro; no me acuerdo muy bien como iba... Ah! sí... Estábamos en un sitio estrecho... era como el pasillo de un tren..., no..., pero no podía ser de un tren porque no se movía, ni había otros pasajeros, ni maletas... Sólo estábamos mi familia y yo... Bueno, pero lo importante es que en un momento dado se abría una puerta y entraba mucha luz y entonces...»

En estos casos, el proceso de planificación puede ir paralelo al de producción y dar lugar a un texto de construcción vacilante, que sin embargo llegue a conseguir espontáneamente un formato textual. En otros casos se hace necesaria una planificación más consciente y sistemática, particularmente cuando el relato no aporta suficientes elementos para su estructuración como texto. Aquí puede el terapeuta contribuir a su construcción a partir de una heurística negativa que trata de entender aquello que no entiende, pero que está implícito en el texto inicial y en el que se va posteriormente configurando. Por ejemplo en el sueño referido anteriormente «fuera está nevando» las preguntas del terapeuta pueden llevar a un desarrollo textual de lo que previamente era una frase descontextualizada.

CUADRO II

T.- Al explicar tu sueño dices que fuera está nevando

P.- Sí

T.- Fuera, ¿dónde?

P.- En el bosque

T.- Ah! en el bosque. Y tú ¿dónde estás?

P.- Dentro

T.- Dentro ¿dónde?

P.- En una casa de montaña, como la que tenemos mi familia en el Pirineo aragonés.

T.- Ah! Y tú como te sientes en el sueño sabiendo cómo nieva fuera en el bosque.

P.- Muy bien, muy reconfortado, porque figura que fuera hace frío y dentro está encendido el fuego.

T.- Y tú que haces en esta situación.

P.- Contemplo tranquilamente las llamas del fuego, me tomo muy pausadamente una copa de coñac y dejo vagar mi mente sin rumbo fijo, saltando de una cosa a otra, pero sin preocupación.

T.- ¿Sin preocupación?

P.- Sí, totalmente tranquilo y relajado.

T.- ¿Te sientes solo o acompañado?

P.- No sé si hay alguien más en la casa, al menos nadie que alcance a ver, pero siento como una presencia de alguien que cuida de mí, probablemente mi madre, y que yo no tengo que preocuparme de nada en absoluto. Es una sensación de felicidad casi completa. Sólo que en un momento determinado me asalta el pensamiento de que este estado de felicidad no podrá durar eternamente. Llegará el momento en que tendré que tomar la responsabilidad de mi vida y tal vez también la de otras personas con mi esfuerzo y mi trabajo. Y este pensamiento por ahora me inquieta, porque no sé realmente qué horizontes debo perseguir en la vida. Considero que no estoy todavía maduro para decidirme ni comprometerme. Y esto me da miedo, sobre todo porque sé que no puedo estar aplazándolo indefinidamente».

Este es el texto que se ha desarrollado a partir de una frase descontextualizada, en base a preguntas que permiten recuperar coordenadas de distinto tipo, usadas habitualmente como ejes de construcción de los textos narrativos, entre ellas las de espacio (fuera<->dentro), modo (cómo), tiempo (presente <-> futuro), relación (solo<->acompañado), etc.

LA COMPRENSIÓN DEL TEXTO ONÍRICO

Tal como hemos apuntado anteriormente la comprensión del texto onírico pasa por un proceso de recontextualización semántica, consistente en otorgar al sueño un significado intencional, a través de la transformación de los significados metafóricos en sus equivalentes intencionales. Así por ejemplo, en el sueño, que transcribimos a continuación:

«Voy en coche arrastrando un kiosco de diarios como si fuera una roulotte. De repente me avanza a toda velocidad un coche deportivo descapotable en el que van dos amigos míos con los que solíamos ir de bares, acompañados de dos rubias despampanantes en minifalda».

de un paciente de nacionalidad italiana que empezó a desarrollar un sintomatología agorafóbica después de haber establecido la fecha para el matrimonio con su novia, la roulotte representa un medio de transporte lento y pesado en contraposición al coche deportivo de sus amigos con los que solía ir de bares antes de prometerse. El sueño pone de manifiesto la oposición entre los vínculos matrimoniales contraídos y la libertad celibataria a la que se ha visto obligado a renunciar: «no puedo correr, no puedo escapar; estoy condenado a lo «cotidiano» (en italiano periódico se dice *quotidiano o giornale*, lo de cada día, la rutina).

Esta operación transformativa consiste en un proceso de traducción del texto onírico (analógico), a un texto lógico, coherente con el contexto de producción inmediato. Una forma sistemática de proceder a esta recontextualización es considerar el sueño como un cuento que, de acuerdo con el análisis que hacía Propp (1928), consta de un escenario, unos personajes o actores y unas acciones (Burke, 1945; Labov, 1972, Villegas, 1995b). Una vez identificados estos tres componentes narrativos se procede a insertarlos en el marco de la experiencia actual del sujeto, que sirve de contexto semántico para comprender la metáfora del sueño como un cuento -hoy día siguiendo la terminología americana podríamos llamarla una *narrativa*- o una parábola de la propia existencia. En este marco semántico los elementos metafóricos del sueño se comprenden por sus relaciones implicativas con el contexto extra-textual en el que se produce el relato onírico.

La comprensión del sueño implica pues tres etapas, correspondientes a los siguientes niveles:

- a) **nivel manifiesto:** el reconocimiento de las funciones narrativas de los distintos componentes literales en el texto: escenario, actores y acciones.
- b) **nivel transformativo:** la denotación de los elementos intratextuales en referencia a los extratextuales, el pasaje de la literalidad a la intencionalidad.
- c) **nivel generativo:** especificación del contexto de producción inmediato del sueño donde se ilumina la relación literal -> intencional, cuyo conocimiento, aunque aquí esté señalado en tercer lugar por razones de complejidad, con frecuencia debe ser previo al segundo, el transformativo.

En el sueño que transcribimos a continuación (Cuadro III) y que hemos

denominado el «sueño de Carla o de las mesas del restaurante», puede seguirse paso a paso todo el proceso:

CUADRO III

SUEÑO DE CARLA

Texto:

«He soñado que salía a cenar a un restaurante con un hombre, que en realidad no conozco. Cuando estábamos sentados a la mesa me he dado cuenta de que en otra mesa, al lado, estaban también comiendo mis padres. De repente mi padre se levantaba de su mesa y se acercaba a la nuestra y poniéndose en medio de nosotros dos vomitaba bilis»

Nivel manifiesto

Escenario: un restaurante, dos mesas

Actores:

- Mesa 1ª Carla y un acompañante masculino indeterminado
- Mesa 2ª Los padres de Carla

Acciones:

- El padre se levanta de su mesa y se acerca a la mesa de Carla
- Se pone en medio de Carla y de su acompañante
- Vomita bilis sobre la mesa

Nivel transformativo

Denotaciones intratextuales:

- acompañante masculino indeterminado = hombres en general
- ponerse en medio = interponerse, entrometerse
- vomitar bilis = expresar disgusto o rabia

Nivel generativo

Síntesis discursiva:

El padre se interpone en las relaciones masculinas de Carla expresando su disgusto.

La comprensión de un texto onírico requiere, como hemos dicho, una recontextualización en el contexto experiencial inmediato donde se produce, coherente, a su vez, con un contexto remoto, más estable o estructural, que en este caso puede ser resumido de la siguiente manera:

Carla es hija única de un matrimonio que tiene su residencia en el sur de la península. A los veinte años se casó para poder salir del domicilio familiar,

independizarse y terminar sus estudios. El matrimonio del que tuvo un hijo que vive con ella, duró poco. Consiguió terminar sus estudios universitarios en contra de la opinión de los padres y actualmente es una muy buena y reconocida especialista en su campo profesional.

Desde que se marchó de casa vive en el norte de la península, por lo que las relaciones con los padres no son constantes, aunque frecuentes por vía telefónica o durante los períodos de estancia de los padres en su casa o inversamente de los de ella en la casa paterna durante las vacaciones.

Las relaciones afectivas con los padres son particularmente intensas. La madre ha necesitado siempre de la hija, puesto que pertenece a aquella categoría de personas que están siempre «enfermas», delicada del corazón y víctima de otras innumerables enfermedades reales o imaginarias. Siendo ella hija única resulta fácil comprender cómo tuvo que asumir bien pronto roles maternos respecto a sí misma y a sus propios padres. Esta situación propició una relación particularmente intensa con el padre que podríamos calificar de cuasi-marital, convirtiéndose en su cuidadora, acompañante y encubridora. Esta relación, aunque mediada por una distancia de más de mil kilómetros, continúa de formas más o menos sutiles o indirectas, particularmente a través de presiones psicológicas y económicas.

Los padres gozan de una posición económica acomodada, por lo que, a pesar de que ella se gana bien la vida, le pasan una asignación mensual que le permite vivir con desahogo sin reparar en gastos, tanto para sí misma como para la educación de su hijo al que los abuelos están muy aficionados. De este modo los padres la mantienen siempre en deuda creando vínculos de una dependencia afectiva y económica.

Precisamente el día anterior a la formación de este sueño se había producido una conversación telefónica entre padre e hija, representativa al máximo de esta situación, que había terminado con enfado mutuo. El padre llamó a la hija para comunicarle planes que involucraban las vidas de ambos. Habiendo llevado a término unos negocios sustanciosos pensaba invertir las ganancias en la compra de una casa en cuya planta inferior ella, nuestra paciente, podría establecer su consultorio, probablemente con gran éxito, dada la escasez de profesionales de este tipo en aquella ciudad del sur. En la primera planta vivirían los padres y ella en la superior. De este modo estarían siempre en contacto para cuando se necesitaran. La casa, naturalmente, la pondría a su nombre, pasando así ella a ser la propietaria.

La hija reaccionó violentamente a estas pretensiones puesto que para ella significaban la pérdida de la independencia personal y afectiva, a lo que el padre reaccionó todavía más violentamente acusándola de no saber regularse económicamente, de no tener en cuenta las necesidades de sus padres, de su fracaso matrimonial y de no saber escoger las compañías masculinas con las que sale en la actualidad. De hecho las diversas tentativas de formar una pareja sexual y afectiva estable, incluido su matrimonio, han fracasado, como si viniera a confirmar la imposibilidad de

casarse con alguien mientras se deba a sus padres.

En el reciente contexto de relaciones conflictivas con el padre el sueño del restaurante constituye una óptima metáfora, capaz de convertirse en la síntesis discursiva del significado de la experiencia tanto inmediata como remota de Carla: «El padre se interpone en las relaciones de su hija con los hombres (se acerca a la mesa y se pone entre Carla y su acompañante), ofreciéndole la oportunidad de volverse a vivir con la familia y desarrollar su profesión en su ciudad natal con todas las ventajas y comodidades económicas. Esta oferta es rechazada por la hija que la interpreta como un intento de alejarla de su mundo profesional y afectivo actual para retenerla egoístamente a su lado. El padre expresa su rabia y su disgusto ante este rechazo (vomita bilis)».

Este significado se negocia con la paciente en la misma sesión donde expone el sueño y se convierte en un instrumento de notable valor terapéutico, puesto que permite ver simultáneamente la posición del padre y la de la hija, facilitando una operación dialéctica de centramiento y descentramiento. En este proceso de negociación del significado la paciente aporta nuevos datos. En la conversación telefónica que antecede al sueño el padre expone de forma muy cruda su posicionamiento: «Pido a Dios por tu trabajo. No pido a Dios por aquello que tú quieres: volverte a casar y tener un familia. No quiero que tengas una familia. Tu familia somos nosotros».

Igualmente los sueños de Ellen West, a los ya que nos hemos referido anteriormente en otros trabajos (Villegas, 1997), adquieren su significado si se contextualizan en el contexto de producción inmediato: los pensamientos recurrentes de suicidio.

Aplicando esta metodología al análisis del tercero de los sueños de Ellen West, tal como viene narrado por Binswanger (1945):

«Sueña que en un crucero transoceánico saltó al agua por un tragaluz. Su primer novio (el estudiante) y su marido intentaron hacerle la respiración artificial. Ella comió muchos bombones e hizo sus maletas»

podemos identificar los siguientes componentes narrativos:

CUADRO IV

CRUCERO POR EL ATLANTICO EL TERCER SUEÑO DE ELLEN WEST

Escenario:

Un viaje transoceánico en barco por el mar (Ellen West había realizado varios en su vida, entre Europa y América)

Actores:

- Ellen West, (paciente que en su tiempo fue diagnosticada de esquizofrénica, pero que en realidad padecía de anorexia con ataques de bulimia, que

murió a la edad de 33 años después de tomar una dosis letal de veneno.
- novio estudiante (único hombre de quien estuvo verdaderamente enamorada, pero a cuyo matrimonio se opusieron los padres),
- marido Karl (primo segundo, de posición social equivalente a la suya, con quien los padres quisieron que se casara)

Acciones:

- Se tira al agua por un tragaluz
- El marido y el novio intentan hacerle la respiración artificial
- Come muchos bombones y hace las maletas

En resumen, como hemos visto, el sueño se desarrolla en el escenario de un trasatlántico y se estructura en tres escenas, que corresponden a cada una de las acciones del texto: en la primera, durante una travesía por el mar, Ellen West se echa al agua por un tragaluz; en la segunda su primer amante (un estudiante) y su marido actual intentan reanimarla con la respiración artificial; en la tercera Ellen come muchos bombones rellenos de crema y prepara sus maletas. Los personajes que aparecen en el sueño son todos reales y representan su rol perfectamente, no necesitan ser transformados en sus equivalentes extratextuales, puesto que coinciden exactamente con ellos. Por lo que se refiere a Ellen West quiere terminar efectivamente con su vida, que se le hace insostenible a causa de la lucha con su anorexia/bulimia; sólo puede salvarla la intervención de los hombres que la han amado, el novio estudiante y el marido: ambos lo intentan, pero fracasan: es una reanimación «artificial». Finalmente decide aceptar las cosas como son: se pone a comer golosamente bombones -renuncia al ideal anoréxico- pero al precio de hacer las maletas, de emprender el viaje definitivo: la muerte. A destacar, como escribe Binswanger (1945), que la tarde anterior a su muerte «toma crema de chocolate y huevos de Pascua; da un paseo con su marido...; se encuentra de un humor positivamente jovial; parece haberse disipado hasta el último vestigio de tormenta.» El sueño se convierte de este modo en una *metáfora* premonitoria del suicidio y en una síntesis de su drama existencial: los intentos de salvar a Ellen a través del amor han fracasado; el conflicto entre anorexia y bulimia es irresoluble, sólo puede aceptarse, abandonando definitivamente la lucha (comiendo bombones) y entregándose a un destino fatal, la muerte, varias veces invocada en sus textos y provocada a través de sus acciones.

Esta recontextualización nos protege del peligro de caer en la tentación de atribuir significados simbólicos sin más a los elementos del sueño como hace Binswanger (1945), para quien el agua simboliza la fecundación; los bombones, el embarazo oral; y el tragaluz, el nacimiento a través del canal vaginal. En consecuencia se trata para Binswanger de un sueño de vuelta al pasado o de renacimiento (p.386) cuando está claro que el contexto de producción que antecede inmediata-

mente al sueño, al igual que la coherencia interna del texto, impiden necesariamente la plausibilidad de tal lectura.

La justificación de este proceder simbolista se debe buscar en la suposición de polisemia sobre la que se sustenta la metáfora; ésta es una postura compartida por algunos semióticos que admiten como posible cualquier tipo de lectura para cualquier tipo de texto, puesto que consideran que la interpretación está libre de cualquier sujeción al texto, al contexto y al autor. Esta posición hermenéutica presupone que los productos discursivos se hallan exentos de intencionalidad y de estructura textual objetiva y que, en consecuencia, su interpretación está absolutamente abierta a la subjetividad del lector. No es éste el lugar para entrar a discutir este punto de vista, pero nos remitiremos al criterio de plausibilidad que reza: «no todas las interpretaciones posibles son plausibles» propuesto por Eco (1990) y defendido repetidamente por nosotros (Villegas 1992, 1993b), sino aquellas que se justifican contextualmente»; es decir aquellas que mantienen una coherencia intra- y extra-textual.

La postura simbolista, compartida por ciertas tradiciones filosóficas, religiosas y esotéricas (Chevalier y Geerbrant, 1969), presupone ilusoriamente que el sentido del símbolo tiene un origen trascendente, ignorando que, fueran quienes fueran los primeros que le otorgaron uno u otro sentido, a veces incluso contradictorios según las diversas tradiciones simbolistas, en realidad estaban proyectando sobre él una intencionalidad subjetiva, producto de una vivencia contextualizada individual o colectivamente. El simbolismo, en consecuencia, no busca el sentido en relación al sujeto (el autor), ni siquiera en relación a su contexto existencial, sino que, partiendo de una concepción ontologista más que funcionalista del lenguaje, busca su significado en una supuesta significación trascendental de los objetos, no en su dimensión intencional, como expresión de la experiencia fenomenológica del sujeto.

Por ejemplo, cuando Binswanger (1945) afirma en el mismo texto sobre Ellen West, siguiendo a Bachelard (1942), que el agua representa la profundidad, la vuelta al pasado, la fecundación, el embarazo y el nacimiento da por sentado que el agua significa todas estas cosas por sí misma. Comete el error, además, de descontextualizar las palabras de las frases y las frases de los textos; y, podríamos añadir, los textos del discurso y el discurso de su contexto existencial. En efecto, en el sueño, Ellen West durante un viaje transoceánico se tira al agua (acción) por el ojo de buey del barco con la intención de suicidarse, no para sumergirse en el elemento primigenio que es el agua y así renacer. El hecho es que la continuación del texto del sueño en la que su antiguo novio y el marido intentan reanimarla haciéndole la respiración artificial, implica que estaba a punto de ahogarse y que por tanto el agua -en este sueño- no podía representar vida, sino muerte. La interpretación del sueño como premonitorio del suicidio es coherente con el contexto tanto intra- como extratextual. Entendiendo, pues, el sueño como un producto expresivo del discurso del sujeto no

cabe otorgar sentidos trascendentes a manifestaciones de experiencias inmanentes, quedando limitados los primeros por las segundas.

LA INTERPRETACIÓN DEL TEXTO ONÍRICO

La condición de textos metafóricos o analógicos exime a los relatos oníricos y, en consecuencia, a su interpretación de la exigencia de veracidad, pero no de la de plausibilidad. Como hemos comentado ya en el apartado anterior la plausibilidad de la interpretación del texto onírico está en función de las garantías de encaje con el contexto más o menos inmediato en que se produce y en consonancia con el contexto existencial en el que se desarrolla la vida del autor del sueño. La hipótesis fundamental que sustenta este punto de vista es que el sueño nace de la experiencia existencial del sujeto (Villegas, 1981, p.878) y que, en consecuencia, se inscribe discursivamente en él. Interpretar un sueño equivale a señalar el punto de fusión del contexto onírico con el contexto existencial, donde se ponen de manifiesto los orígenes genotextuales del sueño.

Una lectura plausible del texto onírico requiere, por tanto, un conocimiento del contexto experiencial que le otorga sentido y no puede hacerse al margen de él. Es evidente que nadie como el propio sujeto conoce el propio contexto, lo que le coloca en una posición privilegiada para ejercer la función hermenéutica de sus sueños; pero también lo es que por el conocimiento que el terapeuta adquiere a lo largo de su trabajo con el mundo experiencial del sujeto pueda ser llamado a contribuir a su interpretación. Se trata de un trabajo de co-construcción de una narrativa en el que la negociación del significado se regula por el criterio de coherencia tanto interna como externa del texto, en relación al contexto de producción.

Consideremos primero un caso en que la paciente da la interpretación de su propio sueño, a cuyo texto nos hemos referido ya anteriormente:

«Me gustaría contar un sueño que he tenido, que en realidad es recurrente en el que me encuentro en unos almacenes donde venden de todo y yo estoy subiendo y bajando por las escaleras mecánicas porque estoy buscando a mi hijo, pero a quien encuentro de hecho es a mi madre y a mi hermano.»

He aquí el comentario espontáneo de la propia paciente:

«Este subir y bajar tal vez representa lo que estoy haciendo en este momento de mi vida, tal vez se refiere al hecho que estoy dándole vueltas a la decisión de si debo cambiar de trabajo o no. Este nuevo trabajo me quitaría tiempo para la familia y los hijos... Mi marido dice que debo tomar mis decisiones independientemente de estas consideraciones. Pero yo quiero tomar esta decisión pensándola mucho, identificando cuál es la más adecuada para mí y no hacer como las otras veces en que he tomado decisiones sin meditarlas a fondo, poniendo siempre por encima a los demás. Por ejemplo, no me he presentado a oposiciones ni he aceptado trabajos que me alejasen de la familia de origen (mi madre y mi herma-

no)... No es que me lamente de las elecciones que he tomado, sino que me quejo de no haber considerado otras posibilidades».

A la luz de la interpretación de la paciente una lectura plausible del texto onírico podría ser la siguiente: los grandes almacenes constituyen la metáfora de la vida que ofrece múltiples ofertas (posibilidades de elección) -“venden de todo”-. No consigo decidirme por ninguna de ellas -“estoy subiendo y bajando por las escaleras”- (no voy a ninguna parte), porque estoy buscando a mi hijo (me preocupa si mis decisiones afectarán a mi hijo), pero a quien encuentro de hecho es a mi madre y a mi hermano (no he terminado de separarme de mi familia de origen: no he aceptado nunca trabajos o concursos de oposición que me alejasen de ellos).

Un tema en efecto recurrente en los sueños de esta paciente es la presencia de su madre y hermano (familia de origen), al igual que la preocupación por sus hijos, particularmente el mayor, que en realidad constituye el motivo de la consulta. Se trata de Tommy, un chico de 13 años, reservado, según ella, que «se lo guarda todo y no explica nada». Es el chico más bajo de la clase con otros problemas físicos, como una tendinitis, que le impiden participar en cualquier tipo de deporte. Sus profesores se quejan porque consideran que podría rendir mucho más, pero que no se esfuerza. En clase intenta atraer la atención de profesores y compañeros haciéndose el gracioso.

Este hijo le preocupa mucho, a diferencia del menor de 9 años que se las sabe arreglar bien en la vida cotidiana y en la escuela. Esta preocupación atañe al presente y al futuro del niño y le produce ansiedad. La madre se pregunta si ganaría algo trayendo el niño al psicólogo o si es a ella la que necesita ir. El chico ya ha expresado su rechazo a esta posibilidad y, en consecuencia, la madre considera la oportunidad de seguir un proceso terapéutico por ella misma. En este contexto se desarrolla el período de la terapia que analizamos a continuación que abarca veinte sesiones en las que aporta numerosos sueños, entre los cuales el que hemos referido anteriormente de la momia del cementerio.

El contexto existencial

Judy, que así llamaremos a la paciente, se encuentra en un momento de la vida en que se le presenta la alternativa de mejorar en el trabajo, asunto que configura el tema de otro sueño al que hemos llamado el «sueño de la oficina».

«Me llaman desde mi antigua oficina porque me tienen que enseñar algo. Voy allí y me reciben una empleada y un socio. Sabía que tenían que haber mejorado el aspecto de la oficina y trato de darme cuenta de este cambio, pero no lo noto en nada. Hay unos archivos de color beig claro, muy altos, llenos de etiquetas que antes no había. He ido allí con mi hijo pequeño John y el gatito. Me preocupo diciéndole a John: «Vigila que no se escape el gato». Luego me doy cuenta que mi hijo ha desaparecido de la situación. La persona de la oficina empieza a enseñarme cosas que saca de los archivos. Le hago

observar que en los documentos que me enseña hay errores. Los lee con atención y reconoce que es verdad, que ha sido un descuido. Selecciona otros para demostrarme que aquellos son correctos, pero resulta que también están equivocados. Me hace dar una vuelta por la oficina, pero yo no tengo ganas y me siento a disgusto. Tengo miedo de que llegue alguien y me pueda ver, y no me gustaría que sucediera. Al abrir un último cajón saca de dentro un bolso mío antiguo y yo le digo: ¿Pero cómo es que tenéis este bolso mío? El responde enseñándome que lo usan para guardar cosas. Lo recoge y me dice «si quieres, te lo mandaremos a casa». A continuación pasamos a los medios de transporte. Mientras me acompaña al garaje de los autobuses me habla de trabajo, pero yo siento que no me interesa. Continúa diciendo que ahora con los autobuses transportan todo tipo de personas, incluso a los homosexuales. Indignada le respondo que ¿desde cuándo les está prohibido subir a los transportes públicos?; que yo nunca me había hecho cuestión de este tema ni pensado en ningún tipo de discriminación. Él contesta diciendo que ahora, en cambio, se ha aprobado una ley que antes no existía. Y cuenta a continuación que el otro día perdió un teléfono móvil y que precisamente se lo devolvió un homosexual sin haberle gastado la tarjeta. En éstas, llegamos delante de un trolebús de color negro, conducido por una mujer. Me pregunta si me gusta. Me lo miro y observo que consta de una plataforma donde se hallan los asientos y el techo para cubrirlo, pero que está descubierto por los costados, donde existen unas persianas que pueden subirse y bajarse. Respondo que está bien pero que llega demasiado el olor a gasoil del motor. Me encuentro después buscando a mi hijo que ha desaparecido, porque me quiero marchar, y al abrir la puerta me doy cuenta de fuera está lloviendo».

El relato del sueño viene acompañado del siguiente comentario espontáneo de la paciente:

«Reflexionando sobre el sueño pienso que probablemente significa que estoy perdiendo tiempo en el trabajo y en realidad me está sucediendo que tengo posibilidades de promocionar porque un colega tiene problemas con los dueños y yo podría ocupar su cargo, con mayores responsabilidades y un mejor sueldo. Pero no sé si en realidad quiero este trabajo. Me hallo dividida: por una parte me gustaría tener esta oportunidad de trabajo, pero por otra me siento cansada... Esto significa que esta oportunidad no me atrae, no me emociona mientras anteriormente me emocionaba pensar en dirigir la empresa».

Reducido a sus elementos esenciales, el sueño remite claramente a las circunstancias vivenciales -contexto de producción- por las que atraviesa la paciente: la duda entre implicarse más en el trabajo con nuevas responsabilidades y la atención a la familia, particularmente a su hijo Tommy, que aparece de modo

recurrente en otros sueños:

«Voy a una ferretería a comprar cosas con mi hijo... y cuando salgo me doy cuenta que él no viene conmigo. Vuelvo para atrás a buscarlo. Pienso que tal vez me está buscando, porque me he ido sin decírselo. Me siento preocupada y disgustada por ello, pero mientras estoy de vuelta me lo encuentro, tranquilo, por la calle porque también él había salido. Lo llamo y volvemos juntos a casa».

Integrado en el contexto existencial de la vida de Judy el sueño de la oficina expresa una división interna relativa a la prosecución de su proyecto de vida que se halla en crisis. Se siente «cansada, sin ganas, programada para hacer mil cosas pero incapaz para llevarlas a cabo, aunque me gustaría hacerlas». Este cansancio se puede entender como el resultado de la escisión constante entre su promoción profesional y las obligaciones familiares, agravadas por la problemática del hijo. No sabe realmente por qué camino seguir:

«Me gustaría dirigir un negocio propio, algo que fuera mío y sacarle un provecho. Cuando se trabaja para los demás los otros tienen sus ideas, que no siempre coinciden con la tuyas... Me gustaría poner a prueba mis ideas... Pero en cambio me dejo llevar por el resto de la familia, al menos respecto a la iniciativa. Es difícil, pero incluso tal vez mejoraría mis relaciones con ellos.

En realidad mi vida se podría dividir en tres fases: del nacimiento a la adolescencia, de la adolescencia al matrimonio y del matrimonio hasta ahora. Me fui de casa para casarme, aunque no me casé para salir de casa. No me fui a vivir fuera de casa antes del matrimonio porque no les hubiera gustado a mis padres. Mi madre tenía sus ideas y sólo de mayor he conseguido dialogar con ella, por ejemplo, sólo ahora mi madre ha admitido haber tratado a mi hermano de modo distinto a mí, y he tenido que luchar para que lo entendiera. Para mí era importante que lo entendiera, no porque yo fuera celosa, sino porque era un problema de mi madre. Solía estar de acuerdo con mi padre y me acuerdo que se lo pasó muy mal cuando por motivos económicos tuvo que coger un trabajo lejos de casa. Hasta el matrimonio el único problema era mi madre que era muy rígida y yo no entendía por qué. Por lo demás fue el período mejor, hasta que llegó el problema del niño...

En los sueños me veo siempre joven, a veces incluso adolescente discutiendo con mi madre, que siempre se interpone, aun ahora, con la educación de los hijos. Me sueño con una edad anterior al matrimonio, incluso el otro día que soñé cuando era estudiante. Esto me da que pensar: ¿porqué me debo soñar así? ¿existe alguna relación? ¿Es que uno se ve llevado a soñar en el período mejor?.. No es que ahora no esté contenta, pero antes era despreocupada... No tenía los problemas de la familia, las obligaciones de la respon-

sabilidad... La libertad es lo más importante, libertad para pensar y actuar. Sin hacer daño a nadie, pero pudiendo hacer lo que pienso... No es casualidad que cuando me casé, me sentí libre. Tal vez es por esto que consigo llevar adelante mi matrimonio, a pesar de las dificultades...

Analizando el último período de mi vida veo que he dado mucho a la familia y al trabajo sin haber obtenido recompensa. Con los niños me he sacrificado, pero tal vez no en el modo adecuado, porque después de venir aquí he comprendido que hay que dejarles también libres para equivocarse... No me desespero delante de las cosas negativas, las acepto y hablo de ellas... Pienso que es adecuado que mis hijos tengan también experiencias negativas. Pueden constituir un motivo de crecimiento personal y aprender de los errores. Me gustaría mantener esto que estoy diciendo, que me doy cuenta de que ya lo pensaba a los 13 o 14 años, pero que no lo había puesto en práctica... Es importante no adaptarse apáticamente. No me gustaría quedarme estancada, retrocediendo en las cosas que he comprendido en terapia. Tal vez hubiera podido empezar a conocerme antes...

Las energías las he malgastado en cosas que no me parecen justas... Tengo necesidad de crearme un espacio. Trato de hacérselo entender a mi marido, mis hijos, mi suegra. Me doy cuenta que pienso distinto y que corro el riesgo de dejarme modelar por las personas que viven a mi lado. A veces evito expresarme porque tengo miedo que intenten plasmarme. He pasado una época en que me dejaba moldear. Me doy cuenta de que me dejo influir demasiado por mi marido y esto no debería hacerlo, él debe seguir su camino y yo el mío. Ahora me siento mejor porque cuando alguien me molesta lo evito. Mi suegra está perdiendo facultades últimamente. Yo antes me preocupaba y hacía muchas cosas que correspondían a mi marido. Ahora no lo hago y él se hace cargo, porque se da cuenta de que se está haciendo vieja. Yo me siento liberada. Mi suegra es de aquellas mujeres que piensan que la mujer se debería quedar con la pata quebrada en casa. De niña me decían: ¿pero por qué estudias si después te vas tener que quedar limpiando la casa? Y yo me rebelaba, después me he encontrado en esta situación y sólo ahora vuelvo a retomar mi propio punto de vista.

Pero hay cosas que alteran la serenidad, como los hijos... No me entretuve mucho a la hora de pensar en tener hijos. Quería tenerlos tal vez para continuar el mundo..., como algo que dejamos a los demás.. para ser recordados. Siempre he deseado casarme y tener hijos. Pero tal vez he dejado de lado otras cosas. Si alguien me preguntase: ¿qué pones primero la familia o el trabajo?, respondería que no lo sé. Cuando me encuentro en situación hago lo que tengo que hacer, como una obligación. Pero si tuviese que volver atrás lo que no descartaría es el trabajo. Siempre he pensado que cuando los hijos sean mayores quiero continuar trabajando... Cuando me siento desmoralizada, es

decir cuando me pierdo pensando en los hijos, el negocio, las enfermedades, entonces me siento incapaz de responder a las exigencias de la vida. Mi marido tal vez lo pueda entender, pero ¿mis hijos?...»

Estos comentarios de la propia paciente, extraídos de las sesiones, nos ofrecen un contexto existencial donde integrar la comprensión de sus vivencias. Judy nos describe la historia de una *renuncia a un proyecto y la subsiguiente depresión*: «*Me deprimó..., necesito tiempo antes de reaccionar. Pero no estoy sola, vivo con otras personas y no me parece normal permanecer tanto tiempo deprimida, sino lo estaría eternamente*». Un proyecto existencial vago e incipiente, que aparece en los inicios de la **adolescencia**, pero que constituye la pre-condición del bienestar: ser libre. **Libertad** para experimentar, para poner en práctica las propias ideas, para equivocarse, si cabe. Pero en lugar de esto Judy se ha dejado **moldear** por quienes la rodean y **atrapar** por las obligaciones, particularmente por las derivadas de la peculiar condición de su hijo Tommy.

Ha tenido los hijos tal vez para ser **recordada**, pero ellos, como la momia del sueño, también lo pretenden. No puede eliminar su recuerdo como si hubieran muerto, puesto que su espectro «*me persigue... y tiene que hacerme una incisión en el talón para que así me acuerde de él*». *De este modo no podrá escapar muy lejos. No podrá salir del cementerio*, donde se halla atrapada por la fascinación de este chico «*que debería conocer*» y *no encuentra por ninguna parte la luz que le indique la salida...* «*Termino por darme cuenta que no podré salir de allí porque tal vez no he cogido el camino correcto*». Le gustaría encontrar una solución dialogada:

Entonces intento convencerlo de que no está bien lo que quiere hacerme. Le pregunto además por qué quiere que me acuerde de él y me responde que él está muerto y ésta sería la única manera de que mantenga vivo su recuerdo. Finalmente consigo convencerlo y él acaba por ceder, mostrándose sumamente tierno y dulce. Y yo me despierto.»

Judy ha conseguido resituarse, en parte, respecto a la familia de origen, aunque en sueños continúan apareciendo frecuentemente su madre y su hermano, con quienes discute. En la actualidad su hermano sigue su propio camino, habiendo emprendido una nueva carrera. Con la cuñada no tiene apenas relación porque siempre le estaría contando sus problemas con el marido. La madre continúa metiendo las narices, pero últimamente ha conseguido hacerle entender algunas cosas. Mi marido

«me permite dialogar con él de forma positiva. Yo le hablo de mis interioridades, pero él no lo hace; se lo respeto, aunque no me gusta. Mi experiencia es distinta de la de mi marido, pero si pudiese escoger, escogería la serenidad: estar bien conmigo misma y con los demás y llegar al final del día con el sentimiento de haber hecho algo... Pero hay cosas que alteran la serenidad, por ejemplo los hijos:

Me preocupa el hecho de no poder entrar en el mundo interior de mi hijo.

Me ha explicado que en él hay como dos personas y que acaba por hacer caso siempre de la persona externa. No es que pretenda que me haga confidencias, sino mantener un diálogo, así en caso de dificultad un hijo puede contar siempre con la familia... Tommy dice que aspiraría a un trabajo que le gustara y le diera dinero; pero yo le digo que el trabajo es siempre un compromiso, al menos según mi experiencia... El trabajo que me ha dado más dinero no me satisfacía: yo dirigía, pero luego cada uno hacía lo que quería. Me enfadé y me despedí del trabajo; lo he dejado por otro que me permite estar más próxima a mis hijos. En el trabajo actual he pedido media jornada para tener más tiempo que dedicar a mis hijos. Antes tenía una canguro, porque considero importante ocuparse de ellos».

Ésta es en resumen la situación actual de Judy y su relación con la matriz discursiva de sus sueños. Se siente deprimida (atrapada en un cementerio) con deseos de salir a la luz (volver a la luminosidad de la adolescencia) para sentirse con libertad de pensar, explorar y actuar (ella tiene una forma de pensar liberal como se pone de manifiesto a propósito de la homosexualidad en el sueño de la oficina); pero le retienen los lazos familiares, particularmente incisivos (la amenaza de herida en el talón) con su hijo Tommy. En esta situación la posibilidad de promocionar en el trabajo no resulta suficientemente motivadora, aunque le pudiera ser atractiva, porque entra en conflicto con sus obligaciones familiares. Ella ha sido capaz, hasta ahora, aunque sólo últimamente, de resituarse a la familia de origen y al marido, pero «con los hijos ¿cómo hacerlo?». A este dilema intenta responder el sueño del cementerio -introducido por Judy con la connotación de «sueño extraño, que no consigo entender»- en el que a través del diálogo y el convencimiento el espectro del chico se vuelve finalmente «sumamente tierno y dulce». Si Judy dejara de sentirse perseguida y acosada, tal vez se sentiría libre para poner a prueba sus propios proyectos. Por el momento, consciente de no haber seguido el camino adecuado hasta ahora, intenta encontrar la luz en el proceso psicoterapéutico.

LA FUNCION PROCESUAL DE LOS SUEÑOS EN PSICOTERAPIA

Resulta prácticamente imposible pretender una clasificación de los sueños en base a sus contenidos. Estos pueden ser tan variados o más, incluso, que los textos de ficción. La posibilidad de mezclar escenarios reales o imaginarios, personajes vivos y muertos, conocidos o desconocidos, la licencia que les otorga su condición analógica para transgredir las reglas temporales, causales, etc. que afectan a la acción, permite de hecho una combinatoria casi infinita de desarrollos temáticos en los sueños. Sin embargo, al igual que nos parece posible una clasificación en virtud de una tipología textual, como la que hemos ensayado más arriba, también creemos poder otorgarles una categoría relativa a la función que desempeñan en el proceso psicoterapéutico, es decir aquella función que expresan con mayor o menor claridad o aquella para la que se pueden utilizar en el proceso de la psicoterapia. Una

justificación para esta tipología funcional proviene de la observación sistemática de que los sueños suelen seguir una evolución paralela al proceso terapéutico. Éste traduce un proceso de continua reorganización, integración y neoformación discursiva que se refleja en la evolución del texto onírico. Así, por ejemplo si consideramos el sueño 11 correspondiente a la sesión 42 con el 52 correspondiente a la sesión 127 del caso Sara, expuesto por Cotugno (1992) las diferencias se revelan con claridad. En el primero de ellos Sara sueña:

«Estaba entrando con el coche en un túnel en forma de cono invertido, lleno de curvas. A la salida me encuentro con una casa al lado del mar donde hay enormes caballitos de mar -les tengo mucho miedo, porque de pequeña me imaginaba que se me podían llevar-. Pensaba que me tenía que lanzar al agua para llegar a un espigón; me tiro y me convierto en una especie de ancla con dos pequeñas anclas detrás mío, mis hijos, pero no hago nada por ayudarles».

El segundo, casi dos años después, presenta una situación similar, pero con una actitud bien distinta.

«Me discutía con mis padres sobre las cuestiones de siempre: ¿con quién vas?... ¿por qué te has separado?... Digo: ¡basta, no aguanto más!. Y me iba con el coche. A mi derecha los coches se embarcaban en un ferry y yo decidía hacer como ellos... Estaba con mis hijos. Al final del viaje los coches salían del ferry, yo era la última y no conseguía salir a tiempo, de modo que, cuando arranco el coche, el barco ya se alejaba del muelle y nos caemos en el mar. Mientras estamos hundiéndonos le digo a mi hija que intente salir por el techo, pero está bloqueado. Entonces cojo primero a mi hijo pequeño y lo hago pasar por la ventanilla, a continuación a mi hija que se había quedado en la parte del techo la hago salir también. Tengo la sensación que mis pulmones están a punto de reventar cuando consigo salir también yo. Estando en el agua me viene un sentimiento de culpabilidad por haberlos dejado ir, pero luego me tranquilizo por que sé que saben nadar... La escena siguiente se produce alrededor de la mesa donde estamos comiendo los tres. No sé dónde estamos, pero eso significa que nos hemos salvado.

El escenario de estos sueños es común a ambos: el mar. En ambos la paciente se tira o se cae al agua y en ambos le acompañan sus hijos. La diferencia fundamental estriba en que en el primero se queda anclada sin hacer nada ni por ella ni por sus hijos, atrapada por el miedo, mientras que en el segundo toma la iniciativa, ya a partir de la discusión con los padres, de irse sola con los niños y, aunque lo hace a destiempo y se cae en el agua, consigue salvarlos superando la culpabilidad y confiando en ellos. La comparación entre ambos sueños pone de relieve un cambio de actitudes y parece responder a un momento procesual distinto de la paciente en el que pasa de la pasividad a la iniciativa, del temor a la confianza. De hecho el último sueño termina con la escena en que los tres están comiendo juntos en tierra.

Los distintos momentos procesuales parecen pues encontrar su plasmación también en los sueños, y podrían catalogarse en base al nivel de complejidad de construcción epistemológica y moral implicado, que hemos descrito en otra parte, a propósito de la entrevista evolutiva (Villegas, 1993a): como quiera que la combinatoria de los distintos niveles posibles sería casi infinita hemos preferido reducirlos a las siguientes modalidades, atendiendo al grado de elaboración epistemológica del problema y a la posición moral frente al mismo que suele acompañarlo.

- a) **expresivos**: sueños estructurados sobre la *vivencia* de un problema a nivel sensorio-motórico y emocional (nivel protolingüístico)
- b) **positivos**: sueños orientados a describir la *existencia* de un problema sin capacidad de análisis ni de reacción ante él (nivel concreto)
- c) **explicativos**: sueños destinados a poner de relieve la *estructura* de un problema identificando sus causas externas o contextuales (nivel formal)
- d) **elaborativos**: sueños dedicados a señalar las *implicaciones* personales en el problema y los cambios requeridos para su solución (nivel metacognitivo)
- e) **resolutivos**: sueños donde se identifican las *operaciones* apropiadas para la solución de problemas y se pone en juego la *decisión* necesaria para ello (nivel autónomo)

Sueños expresivos

El siguiente sueño, referido ya anteriormente, pertenece a Carla, la autora del sueño de las mesas del restaurante. En él se expresa la reactividad sensorio-motórica (huída volando), producida por la aparición de un peligro (monstruos que invaden la isla) y los sentimientos de culpa por abandonar la isla y extrañeza por encontrarse en un lugar desconocido. No se especifican los escenarios ni los personajes, pero sí aparecen definidas las acciones (huir) y las reacciones (culpa y añoranza).

«Estaba en una isla que para mí resultaba familiar y agradable. De pronto surgían del mar unos monstruos que invadían la isla. Yo me ponía a volar sobre el mar, pero con la sensación de escaparme, de huir por miedo ante el peligro, en lugar de quedarme y luchar o correr la suerte de los demás. Esto me hacía sentir culpable... Volaba sin rumbo sobre el mar. De pronto veo un puerto que no identifico. Aterrizo como puedo sobre una nave, como una carabela de Colón, la Sta. María o la Pinta. Hay gente extranjera. Pregunto en qué país estoy y me dicen que en Venezuela. He llegado a un puerto donde nada me es familiar. Siento añoranza de la isla que he abandonado y remordimientos por haberme escapado y no haberme quedado».

Las imágenes motóricas y la expresividad emocional del sueño resultan sin duda intensas, pero no informan a la paciente sobre el significado de sus miedos y sus culpas, como sucede con los síntomas que se manifiestan sólo a nivel fisiológico, motórico o conductual. Este tipo de manifestaciones pre-simbólicas son caracterís-

ticas de construcciones epistemológicas pre-formales muy útiles terapéuticamente por el impacto emocional que conllevan, pero que requieren una mayor elaboración cognitiva. Recontextualizándolo en su historia, el sueño puede ser entendido como la expresión del dilema interno entre el miedo a ser devorada por los monstruos, que provoca la huida a un lugar desconocido, y la culpa por el abandono del hogar, que la libra de correr la suerte de los demás. A destacar que la población de origen de la paciente es una ciudad portuaria del sur de España y el lugar donde aterriza, Barcelona (de la que existe homónima en Venezuela), exponía en aquel tiempo en su puerto una reproducción de la carabela Sta. María. Para la paciente la llegada a Barcelona es vivida como el aterrizaje en un país extranjero (lengua, costumbres, cosmopolitismo) en oposición a la insularidad de su ciudad de origen. Los monstruos parecen encarnar justamente el miedo a ser engullida por el inmovilismo y conservadurismo de la familia y del lugar de origen, que son los motivos de su huida. La alternativa era correr la suerte de los demás o independizarse escapando a otro país desconocido, pero esto tenía su precio en sentimientos de culpabilidad y añoranza.

Los sueños expositivos:

Un paciente de 32 años, funcionario del Ministerio de Hacienda, procedente de una familia venida a menos económica y socialmente, presenta un historial con muchas relaciones amorosas superficiales, sistemáticamente truncadas, basadas invariablemente en el atractivo físico, con muchachas más jóvenes que él. Relata sueños recurrentes de este tipo:

«Sueño que estoy en la iglesia para casarme con el traje de novio, el altar lleno de flores. Se anuncia la llegada de una novia que no conozco. La ceremonia no llega a celebrarse»

Este mismo paciente, después de una relación particularmente significativa algo más durable con una chica extranjera repite el mismo sueño pero con alguna variación. Sueña la misma escena en la iglesia donde se va a celebrar el matrimonio con la diferencia que esta vez sí conoce a la novia, desde hace sólo tres semanas.

«Sueño que estoy en la iglesia para casarme con el traje de novio, el altar lleno de flores. Se anuncia la llegada de la novia. Esta vez sí se celebra la ceremonia. Nos casamos; pero al cabo de tres meses se produce la separación. Ella es de familia rica, mientras que yo pertenezco a un familia venida a menos, y por eso sus padres no están de acuerdo con este matrimonio».

Los tiempos del sueño corresponden a tiempos reales: nuestro paciente y la chica se conocieron en las vacaciones de agosto, conviviendo durante tres semanas y luego rompieron definitivamente en Navidades, porque ella en su país cohabitaba con otro chico. El conjunto de sueños recurrentes expresa directamente la existencia de un problema: la dificultad para establecer relaciones selladas por el matrimonio y los fracasos sucesivos a cualquier intento en esta dirección.

La estructura del sueño es episódica, relata unos acontecimientos como si se tratara de una crónica social. La causalidad es atribuida sistemáticamente al exterior (la novia no acude, los padres de la novia no quieren), sin ninguna toma de conciencia personal. Desde el punto de vista de la construcción epistemológica de la experiencia no hay implicación ni cognitiva ni moral, modalidad característica de un estadio pre-formal. La principal diferencia con los sueños de la categoría anterior estriba en que en este tipo de sueños se explicita claramente la existencia de un problema, pero como ellos tampoco se aportan claves para su comprensión ni solución.

Los sueños explicativos

La paciente del siguiente sueño da a entender la naturaleza de su problema, a la vez que la imposibilidad de resolverlo por la perpetuación de los mismos circuitos emocionales: ira, vergüenza, miedo, sumisión.

«Mi vecino Jorge celebraba una fiesta, tal vez su matrimonio y tenía muchos invitados que estaban en mi terraza. Entonces yo, o mi marido, (no sé quién de los dos porque ninguno de los dos quería ir: yo porque me avergonzaba y tenía miedo de la reacción de mi vecino, y mi marido porque se habría puesto hecho una fiera), desde una ventana les hemos hecho observar que estaban en nuestra terraza, no en la de Jorge. Los invitados le han explicado a Jorge que nosotros no queríamos que invadieran nuestra terraza y entonces les ha dicho que volvieran a la suya. Pero al poco rato los invitados se nos metían por toda la casa y mi marido ha dicho «ahora voy y ya verán quién soy yo». Pero ha vuelto sonriente, con las manos llenas de canapés que le había ofrecido Jorge; no se había enfadado. Entonces yo me he sentido muy contrariada y le he pedido explicaciones. Por una parte estaba muy contenta porque no había sucedido nada malo, pero por otra parte me fastidiaba porque siempre acabamos cediendo. Cuando más adelante la situación ya degeneraba mi marido ha vuelto a la carga, pero yo me he despertado porque lloraba uno de mis hijos».

El sueño tiene una estructura narrativa lo suficiente elaborada como para que en ella podamos distinguir un escenario -la fiesta en la terraza del vecino de al lado, que se extiende e invade la propia casa-, diversos actores -la mujer, el marido, Jorge (el vecino), los invitados- y las acciones infructuosas llevadas a cabo por la pareja para frenar la invasión de los invitados -observar, avisar, explicar-. Pero el sueño da cuenta también del motivo del fracaso: la cobardía, la imposibilidad de hacer valer los propios derechos, la incapacidad de plantar cara a los demás, la ambivalencia producto de la ira y la vergüenza: la mujer empuja al marido a enfrentarse y luego se alegra de que no haya habido enfrentamiento. El nivel de construcción epistemológica alcanza ya un estadio formal desde el punto de vista cognitivo (reconocimiento de la situación y de sus causas), pero se frena en consideraciones

de tipo siconómico (no enfadarse, no contrariar a los demás, miedo al ridículo, aceptación de regalos, todo *pro bono pacis*).

Sueños elaborativos:

La complejidad del sueño que vamos a considerar a continuación nos aconseja exponerlo de forma sinóptica para facilitar los diversos niveles de análisis a que se presta. Lo hemos denominado el sueño del Rey Midas por las referencias que aparecen en el texto, reproducido en el Cuadro V:

CUADRO V

EL SUEÑO DEL REY MIDAS

«He soñado que estaba en una fiesta, rodeado de las chicas del Instituto donde trabajo, y acompañado de los otros profesores, algunos de los cuales participes de correrías sexuales en un viaje reciente por Marruecos. Debe ser una fiesta de cumpleaños porque las chicas me entregan un regalo que primero confundo con un pastel de aniversario y luego me doy cuenta que es un teatro de juguete en miniatura con distintas figuras, en cuyo centro se encuentra el Rey Midas. Aprovechando la ocasión quiero besar a una de las chicas que no se deja, apartándome ostentosamente. Pruebo con otra de las chicas, que se queda quieta como una estatua, permitiendo pasivamente que la bese pero sin reaccionar en absoluto».

Nivel manifiesto

Escenario: Una fiesta en el Instituto de Enseñanza Media

Actores:

- Chicas, alumnas del Instituto
- Profesores (compañeros del Instituto y de un reciente viaje a Marruecos)

Acciones:

- Intento (fracasado) de seducción.
- Beso a una chica que se deja hacer (como una estatua)
- Regalo de un teatro de juguete con varias figuras y en el centro el rey Midas

Nivel transformativo

Denotaciones intra y extra-textuales:

- Chicas del Instituto: chicas más jóvenes
- Profesores: compañeros de aventuras sexuales en Marruecos
- Teatro de juguete en miniatura: representación de una situación trágico/cómica
- Figuritas: cohorte de chicas que le rodean como estatuas
- Rey Midas: Rey mitológico que todo lo que tocaba lo convertía en oro

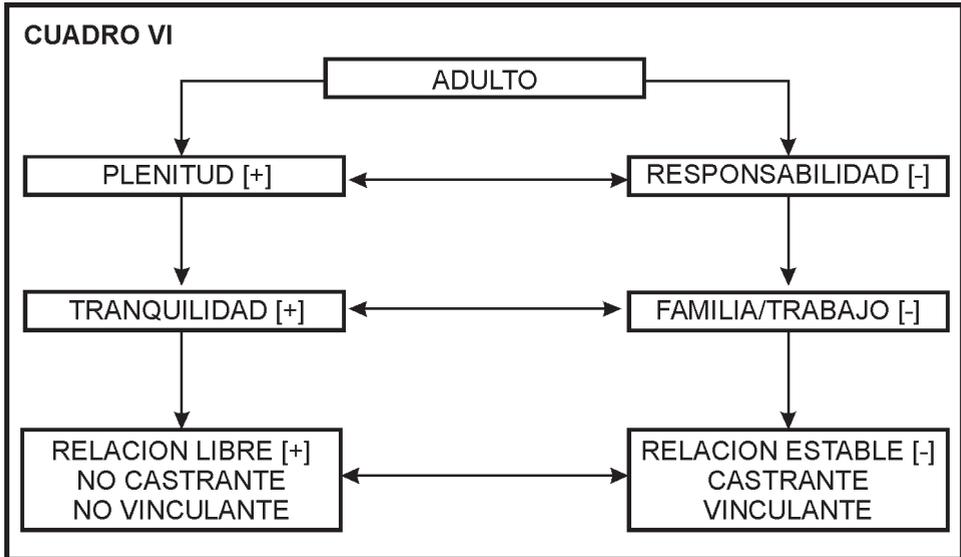
Nivel generativo

- Incapacidad para establecer relaciones sexuales y afectivas estables

- Deseos, fantasías y correrías sexuales (viaje reciente a Marruecos)
- Interés por chicas mucho más jóvenes, en cuanto no implican riesgo de vinculación y gozan de mayor poder atractivo.

Síntesis discursiva: (comentario del propio autor)

«La historia es sobre el sexo. Se trata de un deseo insatisfecho. La primera chica me rechaza. La segunda se deja hacer (como una estatua). Me sucede como al rey Midas, el cual ambicionaba muchas riquezas. Todo lo que tocaba lo convertía en oro: las chicas se convertían en estatuas de oro y la comida se transformaba en manjares de oro también. De este modo no podía ni siquiera comer y murió de inanición y estéril sin dejar descendencia, aunque inmensamente rico. No podía disfrutar. Yo me digo a mí mismo que esto no puede ser. Quiero a las chicas para disfrutarlas, no por ellas mismas. Me muevo entre la fantasía y el temor. No quiero llegar a ser adulto. Ser adulto implica para mí la aceptación de aspectos vinculantes, que exigen una responsabilidad. De la vida adulta me gustan la plenitud y la tranquilidad, pero no las obligaciones que exigen la familia y el trabajo, que vivo como castrante.» (Las implicaciones contradictorias del constructo «adulto» con sus valencias opuestas, positivas y negativas, pueden verse en el cuadro VI):



La síntesis discursiva que ofrece de su propio sueño el autor, profesor de Instituto de 32 años de edad, aporta algunos detalles que ayudan a reconstruir el contexto inmediato de producción del sueño. Éste se presenta pocos días después de un viaje por Marruecos donde nuestro paciente junto con algunos profesores

compañeros de Instituto han ido a pasar las vacaciones de Semana Santa en busca de correrías sexuales. El viaje ha resultado por diversas razones bastante frustrante a este respecto. A la vuelta al Instituto la presencia y proximidad de las alumnas de las clases reavivan las fantasías insatisfechas. Esta insatisfacción permanente, así como la búsqueda desenfadada de relaciones superficiales y poco comprometedoras con chicas mucho más jóvenes preside la vida sexual del paciente. Esta forma de entender la sexualidad implica, en palabras del propio sujeto, un miedo a la madurez psicológica y social, y constituye el motivo fundamental de la consulta, agravado con sintomatología ansiosa.

Desde el punto de vista de su construcción epistemológica el sueño especifica bastante bien la estructura del problema y la parte de responsabilidad que el propio autor tiene en todo ello. Existe pues un nivel de conciencia metacognitiva al respecto de la problemática expuesta, pero una posición moral anómica: el rey no está sujeto a la ley sino que la impone. La peculiar construcción que el autor hace de las implicaciones morales del ser adulto, se corresponden a las de un niño sin responsabilidades ni compromisos de ningún tipo, pero con la capacidad de acción de un adulto: todas las ventajas y ningún inconveniente.

Sueños resolutivos

Llamamos sueños resolutivos a aquellos que presentan un momento crucial en el proceso de cambio, el paso de una actitud pasiva o moralmente desentendida, de inhibición, a otra activa de redecisión. El siguiente sueño constituye un buen ejemplo de este proceso:

«Iba en un barco grande y entrábamos en la confluencia de canales donde había mucho tráfico. Estaba en el puente del barco, al mando, y tenía la duda de qué dirección coger en la confluencia. Me puse ansioso, nervioso, inseguro, no comprobé en el sueño la situación del barco sobre la carta y seguí por donde iban todos los barcos. Iba maniobrándolos según las normas de navegación, más o menos ansioso, y entonces empezó a estrecharse el canal; necesitaba al marinero de guardia en el puente para que maniobrara según mis instrucciones y yo así quedar libre para situarme para el tráfico y para la corrección del rumbo. Tenía que avisar a la máquina que redujera velocidad o que estuvieran atentos en los mandos, ya que íbamos por aguas restringidas, para poder maniobrar en condiciones normales y por si hacía falta en algún momento reducir la velocidad o parar la máquina del barco. Yo retrasaba estas decisiones (lo de llamar al marinero de guardia y la de avisar a la máquina), tampoco avisé al Capitán que entrábamos en canales estrechos y mucho tráfico. Estaba ansioso, alterado, nervioso mientras el canal se estrechaba, iba de un lado a otro y en un momento bajé al casco del barco en la cubierta principal; cuando subí de nuevo al puente el barco estaba embarrancado. Cuando subí me dijeron: «¡mira lo que ha pasado!». Tenía delante al

Capitán y al Jefe de Máquinas (con la expresión «¡mira lo que ha pasado!» en sus caras), entonces empezaba mi autocompasión, mi desvalorización, mi depresión.

En un momento, de golpe, cambié en el sueño todo y rectificué y decidí que eso no iba a ocurrir así, que no embarrancaría el barco. Hice marcha atrás y volví a empezar el sueño: Cuando iba navegando me situaba en la carta y comprobaba que la ruta del barco fuera la correcta, corregía el rumbo y comprobaba que todo fuera correcto y normal: hacía el cálculo de comprobación, estaba atento al tráfico exterior, maniobraba con seguridad. Cuando llegué a la bifurcación comprobé mi situación, todos los datos: sonda, radar, etc. y cambié el rumbo en la dirección preparada para esta ruta. Avisé al marinero de guardia, llamé y comuniqué al Capitán la situación, avisé a la máquina que entrábamos en área restringida y de mucho tráfico, que haría falta reducir la velocidad o parar. Subió el marinero, el Capitán, la máquina dio el conforme, di las órdenes pertinentes y el Capitán estaba de observador: todo fue bien y adecuado».

La comprensión de este sueño resulta casi diáfana si nos remitimos a su contexto de producción. Se trata de un paciente de 38 años, casado, antiguo oficial de puente de la marina mercante. Dejó hace cinco años la profesión porque le producía ansiedad y bastante nerviosismo y no le gustaba estar siempre fuera de casa, particularmente después de dos años de casado. Posteriormente buscó trabajo en el ámbito del transporte terrestre, donde se desempeña actualmente. En el momento de producción del sueño existen problemas en las relaciones laborales. En este contexto parece plausible la siguiente interpretación del sueño.

La situación de dificultad en la dirección del barco, el cual navega por aguas restringidas, en medio de un tráfico caótico, puede leerse como metáfora de los problemas por los que el paciente está atravesando en el trabajo. La solución de estos problemas requeriría comunicarse con sus superiores, compañeros y subordinados, pero duda, se reserva, se inhibe. El resultado es que el barco se encalla. Para salir de esta situación es necesario tomar verdaderamente el mando, corregir el rumbo, estar muy atento a las condiciones de navegación, consultar la carta, llamar al marinero de guardia, avisar al capitán, avisar a la máquina. Esto es lo que decide hacer en la segunda parte del sueño, y de este modo el sueño constituye la corrección de la primera. El sueño responde, pues, a una vivencia de duda y angustia, cuyos efectos son el retraimiento social y la inhibición de la acción. La conciencia de los resultados desastrosos a que conduce esa postura, del juicio crítico de los demás (!¿qué ha pasado?!) y del sentimiento de culpa provocan en él una reacción saludable que ocupa el punto central del sueño, consistente -nunca mejor dicho- en un *golpe de timón*: «esto lo arreglo yo».

El sueño expresa metafóricamente una problemática muy próxima a la experiencia real del paciente que manifiesta claramente un dilema de naturaleza

moral: dejarse llevar por la situación caótica, inhibirse, esconderse, avergonzarse o bien tomar el timón, dar la cara, enfrentar el problema. Esta última es una postura de autonomía moral que marca el inicio de una actitud resolutiva.

LA FUNCION PRAGMATICA DE LOS SUEÑOS

Considerado como texto, el sueño ejerce una función equivalente a la función representativa del lenguaje, que Halliday (1973) identifica con la necesidad de comunicar información, en ese caso al propio autor del sueño. Es como un diálogo interno en el que el autor se informa a sí mismo sobre sí mismo (Scilligo, 1988) a través de representaciones analógicas. Los elementos del sueño configuran un escenario metafórico en el que las relaciones intra- y extra-textuales crean un mundo de significados, análogo al mundo de vivencias que el sujeto experimenta en su particular situación histórica y afectiva y, eventualmente referido también al mundo relativamente nuevo de vivencias creado por la propia terapia. En este sentido más allá de su contenido semántico, los sueños cumplen también con frecuencia una función pragmática, cuyo objeto es comunicar algo al terapeuta sobre la propia vivencia de la terapia o de la relación terapéutica como tal. En este contexto pragmático podemos considerar cinco tipos de sueños relativos: a la naturaleza de la terapia, al momento procesual de la terapia, a la relación actual del paciente con el terapeuta, o a la relación de un miembro con el grupo terapéutico. Eventualmente también se da el caso inverso en el que es un sueño del terapeuta sobre el paciente el que se convierte en objeto de comunicación pragmática por su pretendido valor terapéutico.

Sueños referidos a la naturaleza de la psicoterapia

Es frecuente que en el curso de la psicoterapia y, particularmente en sus inicios, la novedad que para la mayoría de los pacientes supone esta experiencia active una necesidad de dotarla de sentido específico. La psicoterapia, en efecto, constituye un tipo de relación especial por sus reglas y limitaciones, pero también por el elevado grado de intimidad y proximidad que pone en juego; y no siempre resulta fácil encontrar la combinación adecuada de afectos tan complejos:

«He soñado que había comprado una casa en un pueblo de montaña y en sus alrededores había casas en forma de pagoda, en una de las cuales vivía usted (el terapeuta). Yo iba caminando y encontraba un cementerio, después una casa y finalmente a usted, vestido de sacerdote. Empezaba a hablar y en punto determinado, con mucha dulzura, pero con firmeza, usted me decía «no podemos». Después nos abrazábamos y besábamos y yo sentía en mi boca cosas que pasaban de la suya a la mía, que yo deglutía: era una sensación nueva».

El contexto de producción de este sueño, es la terapia, como lo evidencia el propio contexto intra-textual. La autora crea un escenario de proximidad -casas en

el mismo pueblo- entre ella y el terapeuta. Esta proximidad facilita los encuentros, cuya naturaleza el sueño trata de especificar. En efecto, la terapia no permite un acercamiento amoroso (erótico), pero sí afectuoso. El terapeuta es una persona consagrada -*un sacerdote*-, que se debe a su profesión y las reglas de la terapia imponen unos límites a la proximidad -*«no podemos»*-. Estas reglas vienen recordadas por el terapeuta con firmeza, pero también con dulzura. De este modo la psicoterapia es interpretada como una relación de afecto -*besos y abrazos*- casi maternal en la que el alimento pasa de la boca del terapeuta a la de la paciente. Y ésta es una *sensación nueva* en la experiencia vital del sujeto.

Un efecto inmediato de la psicoterapia, en los casos en que ésta resulta beneficiosa ya desde las primeras sesiones, es el aumento de autoestima y de autovalidación. El sueño transcrito a continuación es un ejemplo sumamente elaborado de este fenómeno:

«Estoy en la escuela como cuando era niña o adolescente. El profesor me hace salir a la pizarra y escribir el presente de indicativo del verbo ser, que se me representa también en francés (être: ser y estar). 'Yo soy...' (Je suis). A continuación debo escribir mi «nombre» (en francés número). 'Yo soy Isadora'. Como es un número, debo contar. 'Yo cuento...' El profesor me dice que lo ponga en pasiva. 'Yo soy... contada. Soy tenida en cuenta'.

La paciente comenta: “Este sueño lo relaciono con la terapia. En la terapia yo soy, puedo llegar a ser yo; soy contada, soy tenida en cuenta. Yo me tengo en cuenta, el terapeuta me tiene en cuenta”.

Sueños del paciente sobre el terapeuta

En esa relación particular que constituye la psicoterapia pueden surgir sentimientos respecto al terapeuta tanto positivos como negativos cuya expresión directa, como decía Rogers (1962) no siempre resulta fácil ni cómoda. Los sueños, como construcción metafórica, brindan la oportunidad inmejorable de referirse a esta experiencia afectiva de forma indirecta. En ellos el terapeuta puede aparecer de múltiples formas: a veces como una figura amorosa, que cuida y alimenta -como en el sueño anterior-, otras, como guía seguro y atento:

«He soñado que me encontraba en un enorme palacio vacío. Me movía por su interior con grandes dificultades. Pero en un momento determinado aparecía un hombre que me guiaba. En este momento el camino se volvía claro y seguro. Había ido allí para encontrar algo y podía continuar sólo por la confianza que me inspiraba este hombre».

Se trata sin duda, como comenta Lalla (1992), que es quien lo relata, de un sueño en el que el paciente expresa de forma metafórica la construcción del psicoterapeuta como un colaborador eficaz y autorizado. Otras veces sirve para expresar de forma indirecta el miedo o la ansiedad que inspira el terapeuta vivido como una figura crítica y severa:

«He ido a la ciudad a dar un vuelta y me he encontrado la doctora homeópata que me trata y que se ha sentado a mi lado para preguntarme cómo estaba. Entonces le he explicado que estoy muy cansada, que duermo poco y ella me ha indicado que me tome un reposo hacia las cinco de la tarde. Pero yo le he contestado que es imposible puesto que es la hora en que vuelven los niños del colegio y hay que bañarlos, prepararles la cena, etc... Creo que el sueño continuaba, pero no me acuerdo de nada más. Me he despertado a las 5.40 porque lloraba uno de mis hijos y no tenía ganas de escribir. Me he vuelto a dormir pero con miedo de no acordarme del sueño y entonces me he puesto a soñar que escribía disparates, que venía aquí, los leía y me daba cuenta de que todo era mentira lo que leía y estaba ansiosa por eso».

Sueños relativos al proceso terapéutico

Los sueños relativos a la terapia no sólo se producen al inicio de la misma, sino que pueden evolucionar con ella y tener como objeto el proceso mismo, tanto en cuanto a sus efectos, como a los procedimientos a través de los cuales se opera el cambio. Los sueños de la paciente que citamos en primer lugar hacen referencia a la asimilación por su parte de los efectos empáticos de la relación terapéutica, pero no de los analíticos.

«Delante de la catedral el terapeuta me explica el misterio de las estatuas del pórtico, pero yo sólo oigo su voz que me da seguridad, sin llegar a comprender.»

«Sentados relajadamente siento el brazo del terapeuta que me coge por la cintura con una mano, mientras con la otra sostiene un libro que me lee con voz cálida, que me da seguridad, pero cuyo significado no entiendo.»

Está claro que podríamos haber considerado estos dos sueños en el apartado anterior, como representativos del modo cómo la paciente vive la relación terapéutica, pero los hemos querido incluir aquí por la distinción que establecen entre los dos componentes fundamentales de la terapia, el correspondiente a la relación y al proceso psicológico de cambio. En ambos podemos detectar los mismos elementos comunes: la vivencia de la terapia como una relación particularmente afectuosa, cálida y securizante -efecto moralizador de la terapia sobre todo en sus inicios, de acuerdo con Frank (1987)-, y la dimensión epistemológica, característica todavía incomprensible para ella. El mensaje pragmático dirigido al terapeuta es que la paciente se siente muy bien en esta relación, pero que no entiende ni es capaz, y tal vez, tampoco está interesada en llevar a cabo un proceso de cambio cognitivo.

El sueño de la siguiente paciente, por el contrario, hace referencia a la evolución de los esquemas con que está aprendiendo a construir y regular el proceso de cambio epistemológico, aunque de forma todavía oscilante.

«Me encontraba en la oficina y se iba la corriente eléctrica, de modo que las puertas blindadas de seguridad no se podían abrir. Estaba encerrada y no

podía salir porque tampoco tenía la llave de la única puerta de apertura manual. Tenía miedo de que volviera a aparecer el terror que siempre me da, pero al mismo tiempo me decía que ya encontraría el modo de salir que era cuestión sólo de esperar que llegara mi compañero con la llave... Al cabo de un rato llegaba mi colega y abría la puerta. Todo lo había vivido con ansiedad, pero sin crisis de pánico».

De acuerdo con el comentario de los terapeutas que lo refieren (Constantini-Ianucci, 1992) este sueño es casi paradigmático en su linealidad. Se trata de una paciente fóbica que se halla ante la situación temida, quedarse encerrada sin posibilidad de salir por sí misma. Pero en el sueño aparecen los instrumentos de cambio, característicos de su momento terapéutico: mayor tolerancia hacia la ansiedad, sin llegar a caer en crisis de pánico; mayor confianza en sí misma -pensamientos de autocontrol- y mayor confianza en los demás -mi colega vendrá a sacarme-. Es digna de notar la covariación entre autocontrol y confianza en los demás, como un efecto del proceso terapéutico.

Sueños de un miembro del grupo sobre la terapia

A causa de la dinámica interactiva que generan merecen considerarse a parte los sueños que se relatan en el grupo de terapia. Estos con frecuencia son retomados por otros miembros, de modo que se convierten en un tema compartido, llegando a constituir el núcleo de la sesión (Bosnak, 1988; Cushway y Sewell, 1992; Ullman, 1993). Por ejemplo, una paciente llega al grupo y explica un sueño.

- *«Estaba en el balcón y de repente me doy cuenta de que mi hijo pequeño estaba sentado en la baranda y se podía caer. Me siento aterrorizada».*

A continuación otra paciente explica otro sueño:

- *«Pues yo he soñado que estaba en un hospital; abría la ventana y veía un grupo de gente que caminaba por allí, por el prado».*

En este momento otro participante del grupo comenta:

- *«Entonces estos sueños podrían representar la terapia de grupo, donde el niño representa a la propia paciente que tiene miedo que le pueda pasar cualquier cosa y se cae».*

Un cuarto participante interviene diciendo:

- *«Bien en este caso la terapia no es un lugar seguro, porque el terapeuta no da seguridad si alguien puede caerse y hacerse daño. Quizás es mejor no hacer terapia».*

El terapeuta recogiendo el tema del que se está hablando puntualiza:

- *«Es cierto, el terapeuta no puede evitar que alguien se caiga; pero justamente la finalidad de la terapia es que cada uno se convierta en el terapeuta de sí mismo. Es decir que cuide de sí mismo como de su hijo y que evite la caída».*

De acuerdo con Menarini y Pontalti (1994), que son quienes relatan la escena,

el tema compartido gira en torno de si la finalidad de la terapia es confinarse en sí mismo indefinidamente o bien que cada uno llegue a ser el propio terapeuta. El sueño de uno de los pacientes produce un efecto de resonancia en el grupo.

Sueños del terapeuta sobre el paciente

Por su valor histórico merece retomarse aquí el sueño que Freud (1990) tuvo sobre su paciente Irma y que constituye en sus palabras «el primero que sometí a una minuciosa interpretación».

«En un amplio hall. Muchos invitados a los que recibimos. Entre ellos Irma a la que me acerco enseguida para contestar sin pérdida de tiempo a su carta y reprocharle no haber aceptado aún la solución. Le digo: «si todavía tienes dolores es exclusivamente por tu culpa». Ella me responde: «Si supieras qué dolores siento ahora en la garganta, en el vientre y en el estómago... Siento una opresión...» Asustado la contemplo atentamente. Está pálida y agotada. Pienso que quizá me haya pasado inadvertido algo orgánico. La conduzco junto a una ventana y me dispongo a reconocerle la garganta. Al principio se resiste un poco, como acostumbra a hacerlo en estos casos las mujeres que llevan dentadura postiza. Pienso que no la necesita. Por fin abre bien la boca y veo, a la derecha, una gran mancha blanca y en otras partes singulares escaras grisáceas, cuya forma recuerda la de los cornetes de la nariz. Apresuradamente llamo al doctor M., que repite y confirma el reconocimiento... El doctor M. presenta un aspecto muy diferente al acostumbrado: está pálido, cojea y se ha afeitado la barba.. Mi amigo Otto se halla ahora a su lado y mi amigo Leopoldo percude a Irma por encima de la blusa y dice: tiene una zona de macidez abajo, a la izquierda, y una parte de la piel infiltrada, en el hombro izquierdo (cosa que yo siento como él, a pesar del vestido). El Dr. M. dice: No cabe duda, es una infección. Pero no hay cuidado, sobrevendrá una disentería y se eliminará el veneno... Sabemos también inmediatamente de qué procede la infección. Nuestro amigo Otto ha puesto recientemente a Irma, una vez que se sintió mal, una inyección con un preparado a base de propil, propilena, ácido propiónico, trimetilamina (cuya fórmula veo impresa en gruesos caracteres). No se ponen inyecciones de este género tan ligeramente... Probablemente estaría además sucia la jeringuilla».

Este es el texto del sueño de Freud. Conocemos también por él mismo el contexto de producción: la inseguridad respecto a su método para el tratamiento de la histeria (el sueño se produce en julio de 1895), la interrupción del tratamiento a causa del período veraniego en un momento de desacuerdo con la paciente, la noticias de su amigo Otto la tarde anterior respecto al estado de la paciente Irma, que, tal vez por el tono con que fueron dichas, le sonaron a reproche, el historial clínico sobre la enferma que Freud decide escribir aquella misma tarde para enviárselo al

Dr. M. como autojustificación. De este modo todo el sueño constituye más bien una defensa del propio Freud que una elaboración sobre el caso de la paciente. En efecto: Irma es la culpable de no haberse curado; pero con la inseguridad derivada de su propio tratamiento Freud la explora mejor, no fuera caso que le hubiera pasado por alto algún problema físico. Ciertamente existe una infección y el Dr. M. -que por cierto tiene un aspecto muy desmejorado- confirma su diagnóstico. Pero el culpable de todo por haberle dado a Irma la inyección es -¡oh casualidad!- el amigo Otto, «cuyas palabras despertaron en mí una penosa sensación, que no se me hizo muy clara ni precisa y que me abstuve de exteriorizar». Es interesante considerar los comentarios de Freud (1900) a su propio sueño que reproducimos a continuación con anotaciones en mayúsculas que aluden a los aspectos textuales presentes.

«Este sueño presenta, con respecto a otros muchos, una ventaja: revela enseguida claramente a qué sucesos del último día se halla enlazado y cuál es el tema de que se trata (p. 413)... recuerdo haber experimentado una vaga sensación penosa cuando Otto me trajo la noticia del estado de Irma (p. 421) (CONTEXTO DE PRODUCCION)

El resultado del sueño es, en efecto, que no soy yo, sino Otto, el responsable de los dolores de Irma. Otto me ha irritado con sus observaciones sobre la incompleta curación de Irma, y el sueño me venga de él, volviendo en contra suyo sus reproches. Al mismo tiempo me absuelve de toda responsabilidad por el estado de Irma, atribuyéndolo a otros factores que expone como una serie de razonamientos y presenta las cosas tal y como yo desearía que fuesen en la realidad (TEXTO). Su contenido es por tanto una realización de deseos y su motivo un deseo.

Pero todo ello puede resumirse en un solo círculo de ideas (MATRIZ DISCURSIVA) que podría rotularse: preocupaciones sobre la salud tanto ajena como propia y conciencia profesional... (MACRO-PROPOSICIÓN). Es como si Otto me hubiera dicho: «No tomas suficientemente en serio tus deberes profesionales...» Ante este reproche (PRE-TEXTO) se puso a mi disposición el círculo de ideas indicado para permitirme demostrar hasta qué punto soy un fiel cumplidor de mis deberes médicos... El conjunto de pensamientos es impersonal, pero la conexión de este amplio material, sobre el que el sueño reposa, con el tema más restringido del mismo, que han dado origen a mi deseo de no ser responsable del estado de Irma, no puede pasar inadvertido.

Siguiendo el método de interpretación onírica aquí indicado, hallamos que el sueño tiene realmente un sentido y no es en modo alguno, como pretenden los investigadores, la expresión de una actividad cerebral fragmentaria».

La tesis que defiende Freud al final de su comentario es la del sueño como realización de deseos: «una vez llevada a cabo la interpretación completa de un

sueño, se nos revela éste como una realización de deseos» (p.421), coherente con su visión dinámica de la psique. No cabe duda que un sueño puede satisfacer esta función que le atribuye Freud, pero está claro que su propio sueño revela otros dinamismos psíquicos, tales como preocupación, inseguridad, ansiedad, etc. junto a muchas otras funciones que pueden desempeñar en general los sueños. Su deducción nos parece, por tanto, innecesariamente restrictiva y reductiva de la actividad psíquica. Resulta mucho más abierta y moderna su afirmación inmediatamente anterior de que *«el sueño tiene realmente un sentido y no es en modo alguno, como pretenden los investigadores, la expresión de una actividad cerebral fragmentaria»*, de evidentes resonancias discursivas. En cualquier caso el análisis que Freud hace de su sueño no está destinado a un fin terapéutico, sino al conocimiento, al cual supeditaba inicialmente la propia finalidad del psicoanálisis (Freud, 1919, 1927).

La comunicación de los sueños del terapeuta sobre los pacientes se justifica, sin embargo, si tiene un evidente valor terapéutico para ellos. Tal es el caso respecto a una paciente cuya patología agorafóbica se veía claro, ya desde la primera entrevista, que estaba relacionada con la familia de origen del marido y el modo en que se había constituido la pareja. Una representación simbólica del problema vino sugerida por un sueño que tuvo el terapeuta la noche después de la primera sesión.

El sueño representaba una casa sin tejado, como si se tratara de una casa de muñecas, que permitía observar todo lo que sucedía en su interior. La escena que se desarrollaba en aquellos momentos se configuraba entorno a una gran mesa ovalada. Todos los miembros de la familia del marido se hallaban ya sentados a su alrededor. Poco tiempo después hacía su entrada la paciente, la cual tomando asiento en la presidencia se dirigía a todos los presentes para decirles: «Yo tengo un problema que no es mi problema; es vuestro problema».

Esta síntesis onírica del caso fue utilizada en la sesión siguiente como punto de partida para la exploración del significado de la patología agorafóbica. La paciente se había casado enamorada, pero habría de pagar un precio muy caro por ello: el de la supeditación total a la familia del marido (Villegas, 1995a)

EL ANÁLISIS INTERTEXTUAL

La concepción de los sueños como textos analógicos permite considerarlos como un conjunto, cuyo análisis pone al descubierto la existencia de un alto grado de redundancia y coherencia discursiva entre ellos. Con frecuencia los pacientes son conscientes de este fenómeno cuando refieren sueños recurrentes, parecidos o sobre el mismo tema. O cuando señalan la presencia de elementos comunes a la mayoría de ellos: *«me sueño siempre en edad juvenil, anterior al matrimonio»*. No se trata en efecto de fenómenos aislados, como si cada sueño fuera independiente de los demás: los sueños nacen de un matriz discursiva común y, aunque puedan adoptar múltiples configuraciones, remiten en último término a la raíz de donde proceden.

La identificación de los elementos discursivos comunes a los sueños es muy útil para trabajar con ellos (cfr. Dimaggio en este mismo número). Si volvemos a referirnos a los sueños de Ellen West, recogidos por Binswanger (1945) poco antes de su muerte, y los comparamos entre sí (Cuadro VII) observaremos en ellos la presencia de dos elementos comunes: la relación problemática con la comida y el preanuncio del suicidio: «Me alegro de comer de todo antes del fin; me comí un gran trozo de pastel de moca» escribe resumiendo su primer sueño (p. 317). Finalmente toma «personalmente las riendas de su vida» (p. 321); se suicida después de ponerse en paz con su glotonería.

CUADRO VII

LOS SUEÑOS DE ELLEN WEST

- Sueño 1: *«Soñé algo maravilloso: había estallado la guerra. Yo tenía que ir al frente. Me despido de todo el mundo con la gozosa esperanza de MORIR pronto. Me alegro de poder COMER de todo antes del fin; me comí un gran pastel de moca.»*
- Sueño 2: *«Soñé que era la esposa de un pintor que no puede vender sus cuadros. Tenía que trabajar cosiendo o algo parecido, pero no podía porque me sentía mal; pasábamos HAMBRE. Le pido que coja un revólver y nos MATE a los dos. 'Tú eres demasiado cobarde para disparar; los otros dos pintores se dispararon también'».*
- Sueño 3: *Sueña que en un crucero transoceánico SALTÓ AL AGUA por un tragaluz. Su primer novio (el estudiante) y su marido intentaron hacerle la respiración artificial. Ella COMIÓ muchos bombones e hizo sus maletas.*
- Sueño 4: *Pide GOULASH, dice que está famélica, pero sólo quiere un trozo pequeño. Se queja a su antigua niñera de que la gente le está atormentando mucho. Quiere PRENDERSE FUEGO en el bosque.*

PROCEDIMIENTO INTEGRADO DE TRABAJO CON LOS SUEÑOS EN PSICOTERAPIA

La recontextualización de los sueños en la perspectiva del análisis textual, tal como la hemos desarrollado hasta aquí, pone de manifiesto cómo es posible integrar las diversas formas de expresión discursiva en el marco de la psicoterapia como un trabajo de contextualización existencial. La posibilidad de tratar el sueño como un texto analógico, poniéndolo en relación con los demás textos, permite considerar el conjunto de la producción discursiva -manifestaciones espontáneas, transcripciones de las entrevistas, autocaracterizaciones, escritos autobiográficos, relatos de sueños- como un todo integrado.

En el caso que vamos a desarrollar a continuación expondremos en primer lugar el contexto inmediato de producción de los sueños del paciente al que llamaremos Bill. Este no es otro que la demanda de ayuda psicoterapéutica a causa de un trastorno obsesivo. Los textos que tomaremos en consideración forman un entramado de textos lógicos y analógicos, formados por la autocaracterización, la transcripción tematizada de fragmentos de las entrevistas y el relato de un elevado número de sueños. Todo este mundo discursivo ofrece igualmente la clave para su recontextualización existencial, cerrando de esta manera el círculo entre la experiencia y su expresión discursiva.

Contexto del caso Bill

Paciente de 20 años que viene derivado telefónicamente por el padre, médico militar, el cual no sabe si es más aconsejable una terapia psicológica para su hijo o bien un tratamiento farmacológico, aunque un neuropisiquiatra amigo suyo le ha comentado que para tomar fármacos siempre está a tiempo. Padece de trastorno obsesivo relativo a su dentadura: habiendo llevado un aparato ortodóntico de pequeño teme que los dientes se le vuelvan a separar, lo que supondría un grave problema estético. Según el padre todo empezó a los 11 años, después de que un amigo le enseñara revistas pornográficas. Desde aquel momento empezó a hacer preguntas insistentes y morbosas (durante seis meses) sobre el sexo y las relaciones sexuales. Otra crisis se desencadenó a los 16 años en concomitancia con una alopecia (genética hereditaria) que él no aceptaba. Sus pensamientos estaban siempre dirigidos a este problema llegando a fijar carteles por la casa donde decía «quiero mis cabellos». Ahora ha superado este problema, pero se ha disparado el otro: está en crisis porque tiene miedo de que se le separen los dientes. A este propósito comenta el padre literalmente:

«Hemos cambiado ya de dentista dos veces, pero no consiguen tranquilizarlo. Tiene estas ideas estéticas de belleza que no sé de donde las ha sacado, porque en casa no las tenemos. Está apegado a la madre y no consigue separarse de la familia, (compuesta por los abuelos, los padres y una hermana que viven en la misma casa) hasta el punto que ha cambiado la elección de carrera para no irse lejos de casa».

La derivación telefónica del padre acaba con estas palabras:

«Me gustaría lo mejor para mi hijo, porque pienso que sobre ciertos temas no puede haber errores, porque después no pueden corregirse».

El análisis del caso se hace en base a 15 sesiones consecutivas de frecuencia semanal y el relato de 30 sueños, una media de dos por sesión, aunque en realidad la proporción es decreciente: el paciente empieza las primeras sesiones aportando 6 sueños, uno por día de la semana, y termina el período analizado con algunas sesiones donde no cuenta ninguno o uno al máximo.

Su actitud frente a la terapia es colaborativa, pero desconfiada. Influidido

probablemente por los prejuicios paternos expresa de este modo sus expectativas respecto la psicoterapia ya al término de la primera sesión:

«Pienso que no podré superar las obsesiones que tengo, pero antes que tomar fármacos prefiero probar la vía del diálogo. No tengo otras posibilidades. No puedo ocultar mi falta de confianza, no pienso que pueda cambiar mi actitud frente a los problemas. Creo que no puedo subir la montaña sino sólo dar vueltas a su alrededor. He visto personas con problemas que al final han acabado en el hospital psiquiátrico y que ahora se arrastran por la vida. He ido también a un psiquiatra el cual me ha dicho: ‘mira seré sincero contigo: tu tienes un dismorfofobia de la que sólo se curan el 70%, mientras el 30% se queda con el problema toda la vida tomando medicamentos (esto en relación al miedo de que se me separen los dientes)... Puedes hacer si quieres una psicoterapia... durará diez años y desde luego no te servirá para nada’. Aunque a mi no me gusta tomar medicamentos, tampoco puedo decir que crea en el trabajo terapéutico, si bien no soy quién para emitir un juicio competente... Diría una mentira si dijese que me interesa la psicoterapia y que confío en este tipo de trabajo, pero es cierto que me llena de curiosidad. Así que quisiera pedir hora para la próxima sesión».

Las sesiones que vamos a considerar se desarrollan entre los meses de febrero y junio de 1998. Presentan la ventaja de hallarse transcritas a partir de grabaciones hechas con autorización del paciente y de contar con el relato de los sueños redactado y comentado ocasionalmente por el propio sujeto. Ello nos va permitir proponer un trabajo de análisis integrado de discurso lógico (vigil) y analógico (onírico) en el contexto de producción terapéutico y existencial. Empezaremos con la reproducción del texto y el análisis textual de su autocaracterización (Cuadros VIII y IX).

CUADRO VIII

AUTOCARACTERIZACION DE BILL

Bill es una persona inteligente, educada y de apariencia agradable. Es agradable estar con él cuando explica experiencias pasadas vividas juntos, o incluso inéditas, porque resulta interesante, nada trivial, y simpático; cuando las explica cataliza la atención de los demás. Es simpático pero el adjetivo «irónico» se le ajusta mejor, puesto que no da nunca la sensación de sentirse plenamente feliz, a pesar de que frecuentemente consigue hacer reír a los demás con ganas. Es una persona generalmente pacífica: sabe utilizar y lo hace con frecuencia, si conviene, la diplomacia. Siempre ha sido reservado, pero pienso que entra en juego también la timidez de fondo en el momento en que se abre a la discusión, a las críticas y a la confrontación, mientras sobre ciertos temas no se entre en los detalles o en la experiencia personal sobre ciertos temas.

Se prodiga en dar consejos y es generoso cuando toma interés por un problema ajeno. Aunque se trate de un problema conocido o estereotipado toma la postura de no llegar inmediatamente a una conclusión precipitada. Más bien empieza de cero para analizarlo todo desde el principio. De esta forma, a veces llega a una perspectiva nueva, que ni siquiera él da la impresión de conocer de antemano, sino de descubrirla «sobre la marcha»; otras veces, aunque no se llegue a una solución, se tiene la impresión de una aproximación bien planteada, a veces incluso complicada, que sin embargo, no deja ningún cabo suelto.

En el colegio era considerado una persona carismática, pero no siempre aceptaba la confianza ajena; lo hacía sólo si no era necesario exponerse, más bien en tal caso tomaba la iniciativa (por ejemplo si era preciso escribir una carta de pésame para la profesora de griego cuando la clase decidió mandársela, fue él quien pensó la fórmula). En cambio no ha querido nunca ser el delegado de clase, papel que implicaba también aspectos poco agradables como el tener que exponer en nombre de una parte de la clase una queja ante un profesor o una petición incómoda a otro profesor.

Se trata pues, en conjunto, de un chico de apariencia, sin duda, poco común pero de quien tengo la impresión que no sea fácil conocer los aspectos, tanto positivos como negativos, de su personalidad, que existen pero que, por un motivo o por otro, se ocultan detrás de una pantalla, un velo, que no permite a los demás descubrirlos hasta el fondo».

CUADRO IX

DIVISION EN MICROESTRUCTURAS, ANALISIS DE LA REDUNDANCIA Y DE LA COHERENCIA DE LA AUTOCARACTERIZACION DE BILL

<0> Bill₁ es una PERSONA₁ <0/2/4/5> inteligente, educada y de APARIENCIA <0/5> AGRADABLE <0/1/4>.

<1> Es AGRADABLE <0/1/4> estar con él₁ cuando explica₂ experiencias₃ pasadas vividas juntos₄, o incluso INÉDITAS <1/3>, porque resulta INTERESANTE₅ <1/3>, nada TRIVIAL₅ <1/3>, y simpático₆; cuando las₃ explica₂ cataliza la atención de los DEMÁS₄ <1/3/4/5>. Es simpático₆ pero el adjetivo «irónico»₇ se le₁ ajusta mejor, puesto que no da nunca la sensación de sentirse plenamente feliz₇, a pesar de que frecuentemente consigue hacer reír₇ a los DEMÁS₄ <1/3/4/5> con ganas.

<2> Es una PERSONA₁ <0/2/4/5> generalmente pacífica₂: sabe utilizar y lo hace con frecuencia, si conviene, la diplomacia₂. Siempre ha sido reservado₃, pero pienso que entra en juego también la timidez₃ de FONDO <2/3/5> en el momento en que se abre₃ a la discusión₄, a las críticas y a la confrontación₄, mientras sobre ciertos temas no se entre en los detalles o en la experiencia PERSONAL₁ <0/2/4/5>.

<3> Se prodiga, en dar consejos y es generoso₁, cuando toma INTERÉS₂ <1/3> por un problema₃ AJENO <1/3/4/5>. Aunque se trate de un problema₄ CONOCIDO₅ <1/3> o ESTEREOTIPADO₅ <1/3> toma la postura de no llegar inmediatamente a una conclusión₆ precipitada. Más bien empieza de cero₇, para analizarlo₄ todo desde el principio₇. De esta forma, a veces llega a una perspectiva₈ NUEVA₅ <1/3>, que ni siquiera él da la IMPRESIÓN₉ <3/5> de conocer de antemano₁₀, sino de DESCUBRIR <3/4/5> la «sobre la marcha»₁₀; otras veces, aunque no se llegue a una solución₆, se tiene la IMPRESIÓN₉ <3/5> de una aproximación₈ bien planteada, a veces incluso complicada, que sin embargo, no deja ningún CABO SUELTO <2/3/5>.

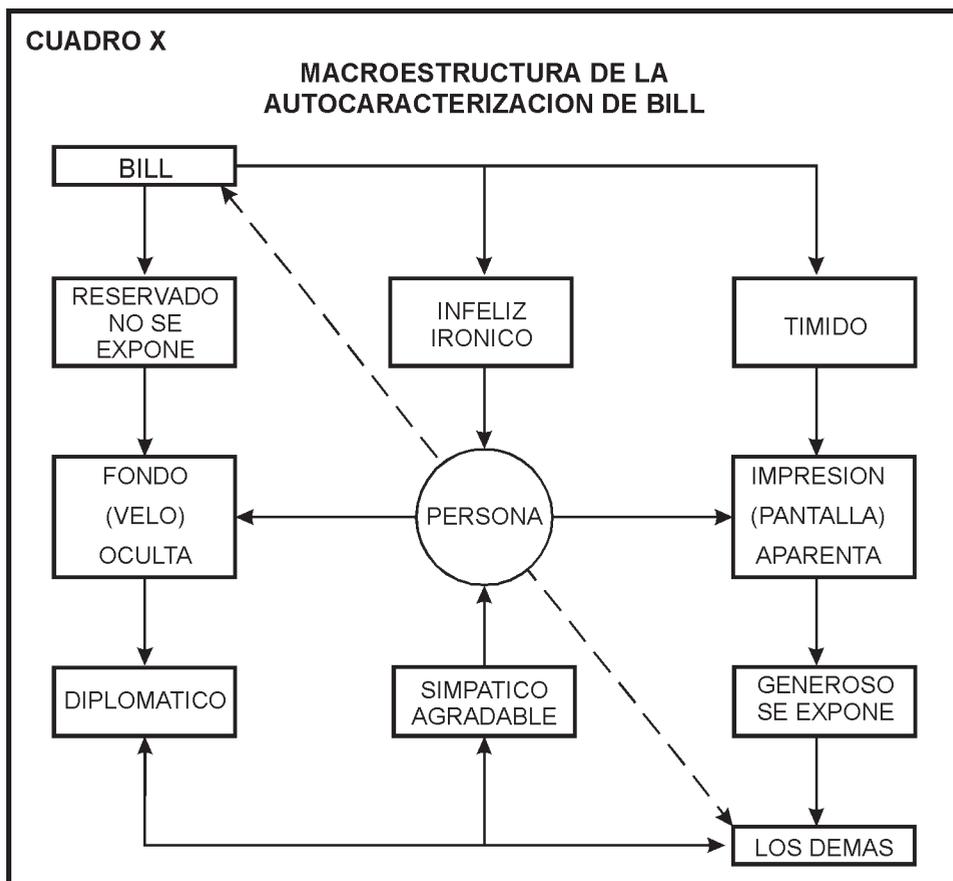
<4> En el colegio₁, era considerado una PERSONA <0/2/4/5> carismática, pero no siempre aceptaba la confianza₂ AJENA <1/3/4/5>; lo₂ hacía sólo si no era necesario EXPONERSE₃, más bien en tal caso₃ tomaba la iniciativa (por ejemplo si era preciso escribir una carta₄ de pésame para la profesora₅ de griego cuando la clase₁ decidió mandarse₅ la₄, fue él quien pensó la fórmula). En cambio no ha querido nunca ser el delegado₆ de clase₁, papel₆ que implicaba también ASPECTOS <4/5> poco AGRADABLES₇ <0/1/4> como el tener que EXPONER₃ en nombre de una parte de la clase₁ una queja₈ ante un profesor₅ o una petición₈ INCÓMODA₇ a otro profesor₅.

<5> Se trata pues, en conjunto, de un CHICO₁ <0/2/4/5> de APARIENCIA₂ <0/5>, sin duda, poco común pero de quien₁ tengo la IMPRESIÓN₂ <3/5> que no sea fácil₃ conocer los ASPECTOS₄ <4/5> tanto positivos₅ como negativos₅ de su₁ PERSONALIDAD <0/2/4/5>, que₄ existen pero que₄, por un motivo o por otro, se OCULTAN₆ <4/5> detrás de una pantalla₇, un velo₇, que no permite₃ a los DEMÁS <1/3/4/5> DESCUBRIR₆ <3/4/5> los₄ hasta el FONDO <2/3/5>.

COMENTARIO A LA MACROESTRUCTURA

El eje central alrededor del cual gira la autocaracterización de Bill viene determinado por la oposición interioridad (fondo) <-> exterioridad (apariencia) sintetizada en el concepto de PERSONA, que etimológicamente remite al significado de máscara. Bill intenta ocultar su interioridad (su auténtico ser) reservado, infeliz, tímido ante los demás con un velo o pantalla donde da la impresión de ser diplomático, agradable, simpático y generoso, siempre que todo esto no exija un empeño personal. (Cuadro X).

La razón de esta ocultación, tal como se irá desvelando a lo largo de las entrevistas y del relato de los otros sueños, se encuentra en la vergüenza y embarazo que le causan sus intereses sexuales, de atracción por las chicas. Un complejo estético, sin embargo, relativo a su dentadura constituye un impedimento casi insuperable para la satisfacción directa de sus deseos sexuales, que intenta contrarrestar dando una imagen de sí externamente aceptable e interesante, nada trivial. Pero todo esto no hace más que disimular su interés fundamental por el sexo, puesto que incluso sus fantasías literarias se inscriben en el deseo de impresionar a las



chicas para atraerlas hacia sí. La forma clandestina cómo intenta satisfacer, en cambio, sus necesidades sexuales queda patente en el siguiente sueño que hemos llamado del «televisor en la habitación» (Cuadro XI)

CUADRO XI

(N 6)

Mientras me encuentro en otra parte de la casa, en la que están también mis abuelos, vuelvo a mi habitación y observo que mi madre (pienso) ha trasladado el televisor y el vídeo del salón a mi habitación. En el salón mi abuelo está mirando la televisión en un televisor muy pequeño (que no tenemos en casa). Me siento bastante confuso y embarazado porque considero que es un modo para poder ver libremente la televisión solo por la noche. A penas entro en la habitación y cierro la puerta en la pantalla del televisor aparecen imágenes de mujeres, propias de películas pornográficas, que yo

disimulo, por si las moscas, introduciendo una cassette de películas normales en el vídeo.

Otra observación: en la habitación de enfrente se encuentran, siempre con la puerta semiabierta, mi hermana, mi madre, mi abuela que conocen el traslado y el motivo del traslado: esta situación me hace sentir un poco embarazado. Mi abuelo se encuentra en el salón. Mi padre no sé dónde está, pero doy por sentado que conoce el motivo del traslado.

donde el escenario, los actores, las acciones y las reacciones quedan claramente identificados (Cuadro XII)

CUADRO XII

Escenario: La casa (el salón, la habitación propia, la habitación de enfrente).

Actores: Bill, solo. El resto de la familia dividido por géneros (La madre, la hermana y la abuela en la habitación de enfrente; el abuelo en el salón; el padre fuera de casa).

Acciones: La madre (se supone) ha trasladado con anterioridad el televisor del salón a la habitación de Bill.
Bill se encierra en la habitación y mira disimuladamente (tiene cassettes normales preparadas) películas pornográficas.
Las mujeres de la casa acechan en la habitación de enfrente con la puerta semiabierta.
El padre se ha ido fuera de casa.
El abuelo mira otra televisión en el salón.

Reacciones: Confusión y embarazo

Comentario del paciente a su propio sueño:

«Para poder entender el sueño del televisor en la habitación es necesario que explique que no participo en el intercambio de cassettes pornográficas entre los amigos, porque me da vergüenza, aunque en realidad me gustaría mucho. Ni siquiera voy al kiosco a comprar cierto tipo de revistas, porque también me da vergüenza. Pero, por ejemplo me entretengo buscando en Internet los lugares donde puedo encontrar imágenes obscenas, pero mi padre, después de haberme descubierto, dice que no está dispuesto a gastar el dinero en este tipo de conexiones telefónicas. Además tenemos un televisor en el apartamento y cuando me quiero quedar por la noche a ver algo, molesto a mis padres porque duermen siempre con la puerta abierta. Sin embargo no puedo negar que todas estas cosas me atraen... tengo un gran interés por los aspectos de la sexualidad».

El análisis textual del sueño del televisor (Cuadro XIII y XIV) nos permite extraer una síntesis discursiva que participa de los elementos básicos de la autocaracterización: ocultación y disimulo:

CUADRO XIII

DIVISION EN MICROESTRUCTURAS ANALISIS DE LA REDUNDANCIA Y DE LA COHERENCIA DEL SUEÑO DEL TELEVISOR

<1> Mientras ME₁ <1/2/3/4> ENCUENTRO <1/4> en otra parte de la CASA₂ <1/3/4>, en la que están también MIS₁ <1/2/3/4> ABUELOS₃ <1/4>, vuelvo a MI₁ <1/2/3/4> HABITACIÓN₂ <1/3/4> y OBSERVO <1/4> que MI₁ <1/2/3/4> MADRE₃ <1/4> (pienso?) ha TRASLADADO el TELEVISOR₄ <1/2/3> y el VIDEO₄ <1/2/3> del SALÓN₂ <1/3/4> a MI₁ <1/2/3/4> HABITACIÓN₂ <1/3/4>. En el SALÓN₂ <1/3/4> MI₁ <1/2/3/4> ABUELO₃ <1/4> está MIRANDO <1/2> la TELEVISIÓN₄ <1/2/3> en un TELEVISOR₄ <1/2/3> muy pequeño (que no tenemos en CASA₂ <1/3/4>).

<2> ME <1/2/3/4> siento bastante confuso₁ y EMBARAZADO₁ <2/4> porque considero que es un modo para poder VER <1/2> libremente la TELEVISIÓN <1/2/3> solo por la noche.

<3> A penas entro en la HABITACIÓN <1/3/4> y CIERRO la PUERTA <3/4> en la pantalla del TELEVISOR₁ <1/2/3> aparecen imágenes de mujeres, propias de películas₂ pornográficas₃, que YO <1/2/3/4> disimulo, por si las moscas, introduciendo una cassette de películas₂ normales₃ en el VÍDEO₁ <1/2/3>.

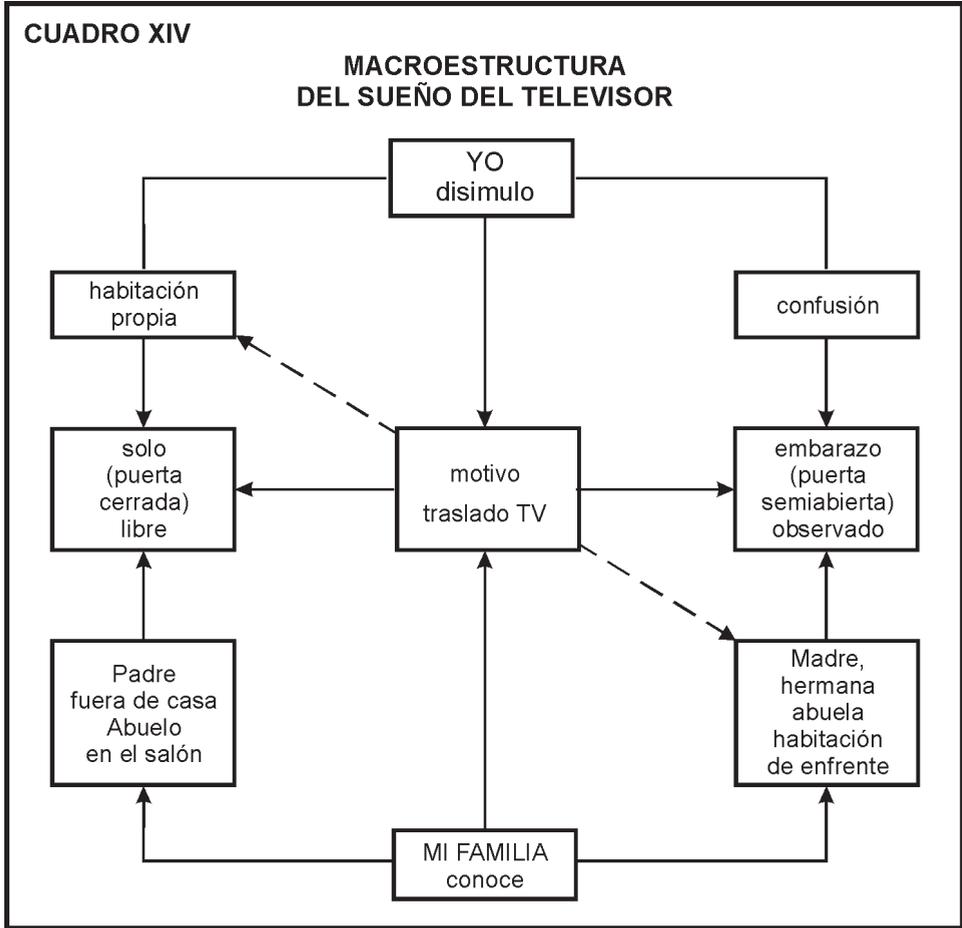
<4> Otra OBSERVACIÓN <1/4>: en la HABITACIÓN₁ <1/3/4> de enfrente se encuentran, siempre con la PUERTA <3/4> SEMIABIERTA <3/4>, MI₂ <1/2/3/4> HERMANA₃ <1/4>, MI₂ <1/2/3/4> MADRE₃ <1/4>, MI₂ <1/2/3/4> ABUELA₃ <1/4> que conocen₄ el TRASLADO₅ <1/4> y el motivo₆ del TRASLADO₅ <1/4>: esta situación ME <1/2/3/4> hace sentir un poco EMBARAZADO <2/4>. MI₂ <1/2/3/4> ABUELO₃ <1/4> se ENCUENTRA <1/4> en el SALÓN₁ <1/3/4>. MI₂ <1/2/3/4> PADRE₃ <1/4> no sé dónde está, pero doy por sentado que conoce₄ el motivo₆ del TRASLADO₅ <1/4>.

Comentario a la macroestructura

La macroestructura gira en torno al significado de un episodio que le causa confusión y embarazo. Confusión en cuanto que es su propia madre (piensa) quien le facilita la solución a su problema de voyeurismo sexual al trasladarle el televisor a su habitación: de este modo podrá mirar tranquilamente, sin ser visto, las películas pornográficas. Embarazo en cuanto esto pone en evidencia que todos conocen el motivo del traslado y es observado por las mujeres de la casa que están al acecho. Respecto al padre y al abuelo se siente más libre, puesto que no están observándolo directamente, aunque están igualmente al corriente de todo. Su reacción es conti-

nuar vigilante, preparado para disimular con otra cassette normal, dispuesta en el televisor.

Nivel discursivo: Me siento confuso y embarazado respecto a una curiosidad y atracción sexuales que intento disimular, pero que me gustaría satisfacer libremente sin sentirme observado.



La integración entre texto onírico y texto vigil

Las preocupaciones que aparecen en los sueños de Bill se ponen de manifiesto también en el curso de las sesiones. Así, la relación entre síntoma e intereses sexuales se expresa de forma explícita en sus comentarios durante las entrevistas:

«He tenido una ignorancia absoluta en materia de SEXO, hasta el desarrollo puberal no descubrí nada. No pensaba que en el acto SEXUAL hubiese un intercambio de líquidos. A los once años tuve como un primer aviso: tuve que ir al baño y le dije a mi padre que pensaba que me había hecho pipí

encima. Mi padre me llevó a un pediatra de confianza quien me dijo que era normal, aunque precoz. He tenido siempre una relación problemática con este MUNDO. Entre octubre y mayo de este año hice un montón de preguntas a mis padres sobre este TEMA. Para hacerse LAS a mi padre contaba hasta cien. Me sentía perturbado, lleno de curiosidad y convulso. Al final llegué a pensar que LO podría entender mejor viendo hacerLO a mis padres, pero más tarde abandoné LA IDEA (2ª sesión).

El SÍNTOMA me apareció por primera vez a los 11 años; estaba en casa solo y miraba la TELEVISIÓN. Sucedió al mismo tiempo que las preguntas que hacía sobre la SEXUALIDAD. Siento como un peso el hecho que miraba la TELEVISIÓN... de las películas nació como una VERGÜENZA de mi mismo frente a la SEXUALIDAD... Sí me AVERGÜENZO, todavía ahora cuando miro películas donde aparecen MUJERES poco vestidas o DESNUDAS; cambio canal, o bien, incluso durante las noticias del telediario cuando pasan desfiles de MODELOS, bajo los ojos... Pienso que no quiero que me vean. Si hay una CHICA guapa LA miro y LA contemplo, pero si pasa mi madre cambio de canal porque no quiero que los otros entren en mi universo... Sentiría EMBARAZO por ser descubierto. Tengo MIEDO de que me LO reprochen... Tengo MIEDO de que entren en la esfera de LO que me gusta... el CUERPO FEMENINO... tal vez el modo en que cada uno LO manifiesta. Podrían pensar que me contento con ESTO, que con ESTO me basta..., una forma de limitación o de estupidez... Pero no puedo negar que ESTAS COSAS me atraen, que tengo un interés por la SEXUALIDAD. No participo en el intercambio de VIDEOS PORNOGRÁFICOS con los amigos, ni compro ciertas REVISTAS en los kioscos, por que me da VERGÜENZA que me vean, aunque en realidad me gustaría mucho. Pero por ejemplo me divierte buscar las IMÁGENES EN INTERNET... Internet es más críptico... y me da más satisfacción. Guardo las IMÁGENES y después pienso en los momentos en que estaré solo para volver a VERLAS y tener una DESCARGA FÍSICA... Cuando me hallo ante el ordenador me gustaría ESCRIBIR pero ESTA CUESTIÓN tiene la prioridad.

Incluso sus intereses por la literatura están destinados a poder satisfacer sus deseos sexuales, dado que sus fantasías literarias se inscriben en el deseo de impresionar a las chicas para atraerlas hacia sí.

«Me gustaría el afecto de un CHICA, un afecto materno. No consigo concebirme a mí mismo llevando adelante ideas que puedan ser apreciadas por los demás... Por ejemplo, he pensado en ESCRIBIR UN LIBRO y lo he empezado, esperando que esto pueda ayudarme a romper el hielo con el MUNDO FEMENINO. Llegar a tener una IMAGEN, ser una persona que REPRESENTA algo para los demás. ESCRIBIR UN LIBRO me hace surgir el interés hacia la curiosidad que puede suscitar lo que haya ESCRITO (5).

Hay algo que ha condicionado mis intereses: cuando estudiaba el Bachillerato hubo dos profesores, la de LITERATURA y el de matemáticas que me influyeron. El profesor de matemáticas no se limitaba a tirarnos por la cabeza las fórmulas de matemáticas. En LITERATURA me aficioné a Dostojevskij, aunque no tanto como para escoger filosofía o LETRAS. Tenía la idea de hacer una carrera como mi padre, que es médico, pero para entrar en la licenciatura tenía que pasar un examen de admisión y terminé por dejarme condicionar por mi madre y por el hecho de que la mayoría de compañeros se inscribía a ingeniería.

Pero la satisfacción de estos deseos sexuales se halla condicionada por el problema de los dientes, que para él constituye un impedimento estético:

«El APARATO me LO he tenido que poner dos veces, porque la primera vez, cuando me LO quitaron, los DIENTES volvieron a quedarse como estaban antes, porque el DENTISTA no se había dado cuenta que tenía un problema de deglución y que éste debía tratarse primero... El segundo APARATO me LO tendría que haber puesto en séptimo de EGB. Pero entonces todavía razonaba bien (lo tenía todo bajo control) y no me LO puse esperando al primero de BUP, porque así los nuevos compañeros me conocerían con el APARATO y no habría problemas de integración... Cuando era más pequeño tenía la sensación de que el APARATO era un impedimento total para conseguir una CHICA y esperaba el momento de quitarme LO... Ahora tengo los DIENTES en su sitio, pero tengo MIEDO de que se me separen... Mis padres han pensado incluso en quitar los ESPEJOS del cuarto de baño para que deje de mirarme. Tengo MIEDO de que esto termine por comerme y tengo MIEDO de no poder estudiar o de obligarme a estudiar cuando no tengo ganas... No quiero verme limitado a mirarme siempre al ESPEJO... (4º) No consigo abrir un camino para alcanzar una satisfacción que no pase por mirarme al ESPEJO. Voy solo delante al ESPEJO y no consigo obtener una imagen unívoca, pero tampoco acepto lo que me ofrece el ESPEJO. Cambio de lado para encontrar un ángulo que me guste. Finalmente me siento todo sudado, con un gran sufrimiento y pienso en lo que he estado haciendo... he tocado fondo. (7ª).

Hay veces en que me paro a pensar, cuando veo a personas que tienen DEFECTOS físicos de tipo ESTÉTICO, pero que sin embargo están contentas ¿cómo se las arreglan para estar contentas?... Me pregunto ¿cómo lo hacen para implicarse con las cosas y estar positivamente comprometidas en la vida... con un proyecto de vida...? No me lo explico. En efecto, tengo MIEDO de tener DEFECTOS físicos. Estoy ligado a la EXTERIORIDAD y de aquí la necesidad de mirar ciertos programas de TELEVISIÓN. (4ª sesión)

La mezcla de EXTERIORIDAD y juicio de los demás, la mezcla de problemas e IMÁGENES... Antes no me preocupaba mi APARIENCIA EXTERNA, el

modo cómo vestía. Después se han ido presentando los problemas y he utilizado la situación de buen estudiante... Por ejemplo cuando estaba mal porque tenía MIEDO de MOSTRARME distinto a lo que era porque pensaba que no lo entenderían... MIEDO de PARECER como SOY. Quería APARECER como el buen estudiante, aunque luego en realidad los profesores no te VEN sólo como un alumno. Era el compromiso entre el SER Y EL APARECER. Las matrículas me eran reconocidas, pero no me daban satisfacción porque eran redundantes... Quería este demonio de certeza que me daba la escuela y no quería sufrir como tal vez sufre todo el mundo. Pero las cosas que no pertenecían al ámbito escolástico no acababan de funcionar... Después he empezado a mezclar la BELLEZA y la bondad, también en el modo de juzgar a los demás, a conceder notable importancia a la EXTERIORIDAD del prójimo; para los demás una persona es válida con independencia de su ASPECTO EXTERIOR; pero yo no puedo, soy ESCLAVO de otros dioses. En consecuencia los problemas de naturaleza ESTÉTICA no me permiten dar el máximo. (4ª sesión)

En mis angustias ESTÉTICAS hay una parte de hiperracionalidad y otra de romanticismo y ambas son descorazonadoras. Soy romántico porque me gustaría superarlo de manera indolora; pero me parece imposible poderme abandonar ni a la pasión, ni a la racionalidad. Una auténtica pesadilla es dejar de lado los problemas ESTÉTICOS durante la relación con una CHICA y después verlos resurgir al término de esta relación. Existe el deseo de llamar la atención de la CHICA por la manera de PRESENTARME EXTERNAMENTE, pero no tengo contenidos, sé FINGIR bien, pero esta FICCIÓN no funciona... La FICCIÓN es el no sufrimiento, ESCONDERLO a los demás. La SINCERIDAD me espanta porque SOY ESCLAVO del sentido ESTÉTICO y una condena porque debería ser PROFUNDO cuando en realidad no lo SOY. (11)

Mi padre me dice que mi conducta sería más justificable culturalmente si fuese una mujer. Para mí es un problema el hecho de no poder AGRADAR... Si fuese GUAPO como un fotomodelo estaría tranquilo y no pensaría en otras cosas.. No me dedicaría a posar para el fotógrafo. Me siento más PROFUNDO, pero tengo necesidad de APARENTAR. Incluso en lo que ESCRIBO me siento ESCLAVO de la EXTERIORIDAD.

Me gustaría ser un pionero y en cambio estoy con las CADENAS atadas a los talones... Me he preguntado qué es lo que me preocupa más y me he respondido que la PERCEPCIÓN ESTÉTICA de las cosas. Quedo impactado por las FORMAS y esto se vuelve en mi contra. Por ejemplo, no he ido todavía al DENTISTA porque he tenido MIEDO de que me proponga solamente el APARATO fijo y no lo quiero porque no me sentiría a gusto con los demás y lo voy aplazando indefinidamente (11).

Cuando hay una CHICA que me gusta se produce siempre un período de incubación. Me sucede incluso cuando veo una CHICA que no conozco, el hecho de verLA varias veces hace que me empiece a gustar, aunque al principio no me gustara, pero me impacta el volverLA a ver. Tengo la tendencia a crearme idealizaciones respecto a una vinculación... Desde hace tres años no tengo ninguna orientación, me siento atraído por CHICAS mayores porque me da la impresión de que tendrán una inteligencia más refinada que las CHICAS de mi edad o de LAS más jóvenes, esperando que a su edad puedan entender que ciertos comportamientos míos pueden estar determinados por la timidez... pero me bloqueo cuando me entero de que ya salen con un chico... (10)

En noviembre me enamoré de MARY y me sentía muy implicado, pero cuando supe que ya salía con un chico empecé a aflojar la relación de amistad dejándola derivar hacia una relación puramente formal... Pero el hecho es que MARY no es mi CHICA y yo me encuentro con el problema de los DIENTES y me estoy delante del ESPEJO. No me espantan las cosas que hay que hacer, sino encontrarles un sentido. Me siento en crisis cuando me veo corto de miras, con un proyecto de vida que consiste en MIRARME al ESPEJO. Además no sé si debería dejar de implicar a mis padres en toda esta historia... En realidad con ellos no tengo un verdadero diálogo, sólo hablo de problemas ESTETICOS... Ahora sólo abro la boca para quejarme de problemas ESTETICOS o bien de los estudios. Mi padre dice que me las tengo que arreglar yo solo... Cuando expreso mis problemas, mi padre dice que me los podría guardar para mí. Por ejemplo cuando hablo de mi fracaso con las CHICAS. Mi padre dice que guardarse los problemas crea una coraza. Cuando explica cosas de sí mismo, dice que a veces no se los contaba a su padre, que otras se las contaba a los amigos y que otras veces se las contaba a su padre. Mi familia es un lugar muy limitador, pero seguro respecto al mundo externo que conlleva riesgos mayores (5).

Cuando conozco a una CHICA, primero me ATRAE físicamente, luego surge una simpatía, después se forma como un imperativo categórico de verLA siempre. Me siento dividido entre seguir mi ímpetu natural y actuar de una manera racional... Pero todo esto ¿qué tiene que ver con el ir al DENTISTA?. Tiene que ver por que he vuelto a pensar en la idea de ir al DENTISTA y me gustaría plantearle si es posible ponerme el APARATO sólo por las noches... Todo esto porque había conocido a una CHICA, Barbie, y quería salir con ELLA; pero luego no la he visto más y ya se me ha pasado el interés por ir al DENTISTA (10).

He conocido a esta CHICA en la biblioteca. Es una CHICA muy metódica. Esperaba que estuviese libre, pero resulta que ya sale con un chico... He hablado de este interés con mi padre y me ha explicado un sueño suyo «en

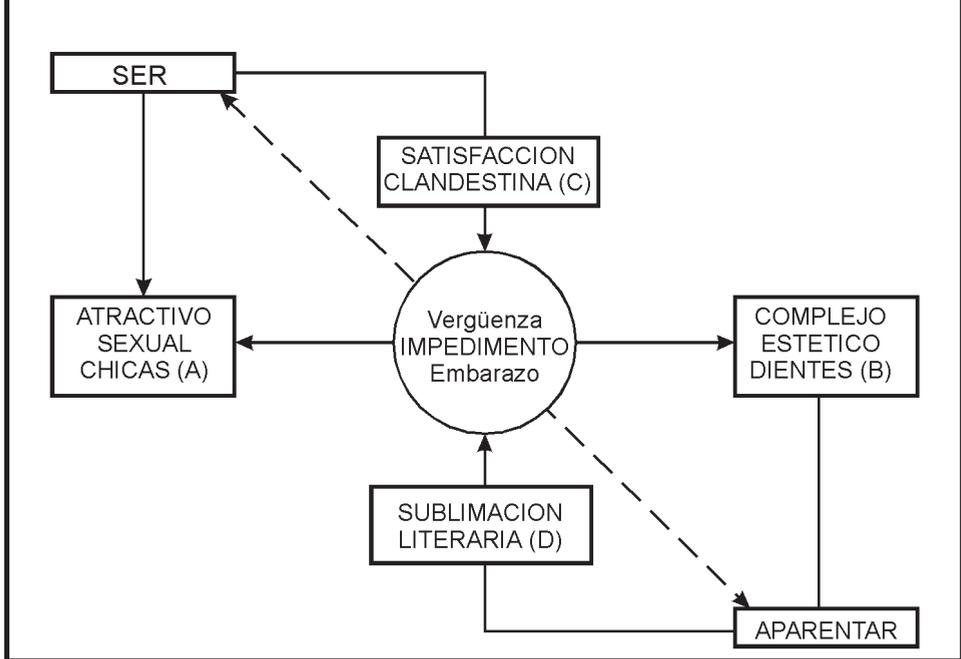
el que yo me encontraba convaleciente en cama y él venía verme, pero al abrir la puerta se daba cuenta de que estaba con una CHICA, por lo que se iba pidiendo excusas». Siempre que una CHICA me atrae y sale ya con un chico me doy cuenta que me encuentro en situación de desventaja, como en un partido... Me gustaría ser más racional, empezar la relación poco a poco, pero en cambio me meto de lleno inmediatamente (10).

Me encuentro en una situación de estancamiento (12)... He decidido ir al DENTISTA y ocuparme de mis DIENTES y después considerar qué puedo hacer sin este problema... Creo que tengo que ser más flexible. Por ejemplo el DENTISTA me puede decir que me ponga el APARATO durante tres meses... A veces lo veo posible y otras no puedo ni pensar en ello.

Con las CHICAS me sucede igual. Primero está el condicionamiento total, el terremoto inicial, después se produce una inercia que me lleva a dejarlo perder... Necesito tiempo para dar a entender que me interesa una CHICA, porque me cuesta abrirme... Necesito tiempo y factores externos que me permitan provocar un encuentro... Me acuerdo que cuando tenía 11 años me gustaba mucho una COMPAÑERA de clase y continuamente pensaba en qué LE podría decir cuando LA encontrara: quería PARECER simpático... los momentos en que LA podía encontrar eran muchos, pero yo estaba preocupado por no saber qué decirLE, por caerLE simpático, porque tenía la sensación de no REPRESENTAR nada para ELLA.(12). Esto me producía mucha VERGÜENZA y me enfadé mucho una vez que la maestra me preguntó quién me gustaba. Aun ahora pienso que no conseguiría decirLE a una CHICA que me guste «hola guapa» delante de los demás. Sentiría VERGÜENZA y EMBARAZO por llegar a ser DESCUBIERTO.

La síntesis macroestructural de estos textos nos permite representar la organización del discurso de Bill en torno al conflicto entre atracción sexual y complejo estético (Cuadro XV). La fuerza del atractivo sexual le lleva a buscar formas de satisfacción clandestina (internet, vídeos) que son causa de vergüenza y embarazo, dado que su complejo estético le retrae de un acercamiento directo a las chicas. Todo esto le pone en desventaja respecto a los otros compañeros, razón por la cual no compite con ellos cuando salen con una chica que a él le gusta. La sublimación literaria constituye una alternativa, como forma indirecta de llamar la atención sobre sí, pero aún en esto sus colegas le llevan ventaja, escriben poesías en varios idiomas y encima salen con las chicas.

El conjunto de los sueños que Bill relata durante el período de la terapia pueden encajarse perfectamente en los grandes cuatro temas en que toma cuerpo su dilema entre ser y aparentar: A) atracción por las chicas y deseo de libertad sexual, B) impedimento para relacionarse con chicas a causa del complejo estético, C) búsqueda de satisfacción clandestina y D) sublimación literaria como modo de atraer su atención.

CUADRO XV**SINTESIS DISCURSIVA DE LOS TEXTOS DE BILL****A) Sueños sobre atracción y libertad sexual**

(N23) «Estoy en Londres con mi familia y encuentro a mi exprofesora de química por la calle. Me empieza a hablar de su hija que tiene el novio en el extranjero. Por la calle hay un clima de gran LIBERTAD SEXUAL, como si cualquiera que pase pudiera pedir a los demás IRSE A LA CAMA. Un chico mayor se detiene y pide a mi hermana IRSE CON ÉL. Yo le abrazo fuerte y SE VA CON ÉL. Después entramos en un club donde mucha gente discute. Yo estoy con mi madre. Se habla de los hijos deficientes. Uno se levanta y dice «yo tengo uno y no lo acepto». Desde lo alto se asoma otro que dice «te equivocas» y suelta un sermón. Hay una discusión sobre la LIBERTAD SEXUAL».

(N25) «Voy de vacaciones lejos, en una isla llena de volcanes donde están LUISA Y UNA AMIGA SUYA. Cuando llego están ya todos los jóvenes. Parece como si toda la juventud debiera iniciarse SEXUALMENTE pasando por esta isla. Primero estoy con GIORGIA. El clima parece exótico, pero después, acercándonos a un volcán el cielo se oscurece. Los otros hacen extraños juegos con barcas que discurren por aguas hirvientes. Yo no los hago. Hay otros juegos en los que nos trasformamos en

halcones y después se vuela antes de aterrizar con un paracaídas. Esto lo hago yo también y aterrizo con los demás y encuentro a LUISA con la que TENGO UN CONTACTO FÍSICO (la abrazo amistosamente) que en realidad no he podido tener nunca».

B) Sueños sobre el complejo estético de los dientes

- (N 10) *«Estoy mirando fotografías de ceremonias tipo Primera Comunión o la Confirmación fotografías en las que aparezco más o menos sonriente. Los hago junto a mi madre y tal vez con mi hermana y mi abuela. Veo cómo son mis DIENTES e, inmediatamente después de haberme sacado el APARATO, luego más adelante y posteriormente todavía y me quejo del cambio que se ha producido».*
- (N 13) *«Estoy en un país extranjero y me llevan a la embajada irlandesa para sacarme un DIENTE: me meten en una especie de cárcel para niños, donde todo es minúsculo, la celda, la cadena es corta y tengo que permanecer encogido. La guardia, que es una mujer ríe cuando le digo que tengo que quitarme un DIENTE. Voy acompañado de toda la familia».*
- (N 17) *«Veo mis mandíbulas, superior e inferior, y me parece que tengo algo entre los DIENTES, un espacio que no tenía y que no me gustaría tener».*

C) Sueños sobre satisfacción clandestina

- (N 6) *Mientras me encuentro en otra parte de la casa, en la que están también mis abuelos, vuelvo a mi habitación y observo que mi madre (pienso) ha trasladado el TELEVISOR y el VÍDEO del salón a mi habitación. En el salón mi abuelo está mirando la TELEVISIÓN en un TELEVISOR muy pequeño (que no tenemos en casa). Me siento bastante confuso y embarazado porque considero que es un MODO PARA PODER VER LIBREMENTE LA TELEVISIÓN SOLO por la noche.*
A penas entro en la habitación y cierro la puerta en la pantalla del TELEVISOR aparecen IMÁGENES DE MUJERES, propias de PELÍCULAS PORNOGRÁFICAS, que yo disimulo, por si las moscas, introduciendo una cassette de películas normales en el vídeo.
Otra observación: en la habitación de enfrente se encuentran, siempre con la puerta semiabierta, mi hermana, mi madre, mi abuela que conocen el traslado y EL MOTIVO DEL TRASLADO: esta situación me hace sentir un poco embarazado. Mi abuelo se encuentra en el salón. Mi padre no sé dónde está, pero doy por sentado que conoce EL MOTIVO DEL TRASLADO.
- (N 20) *Estoy en casa solo MIRANDO FOTOS ATREVIDAS en INTERNET cuando llega mi familia porque tenemos que ir juntos a una celebración*

importante... En éstas llega la policía que quiere rastrear a fondo la casa. Lo hace empezando por la parte de abajo de la casa mientras nosotros esperamos en la parte de arriba. Todo ello es motivo de un gran dolor para mi madre y en general para toda la familia. Las otras familias del barrio se marchan tan tranquilas y yo digo: «Pero ¿por qué desde hace dos años nos registráis la casa en estas fechas y lo hacéis ahora por tercera vez?»

D) Sueños sobre sublimación literaria

(N 9) *Quiero ESCRIBIR POESÍAS sobre dos temas de estudio actual (derecho público y comparado: son dos temas teóricos de economía). Mi padre me lo impide porque dice que no son temas adecuados para POESÍAS.*

(N 19) *Estoy con un estudiante de ingeniería que ha ganado un concurso de POESÍA con POESÍAS en japonés, español y otras lenguas. Sin decirle que yo también ESCRIBO POESÍAS, le muestro mi aprecio, le doy mis parabienes y voy a su casa, donde su padre me dice que ha aprendido el japonés y que lo sabe muy bien. Después digo que «el próximo en ESCRIBIR POESÍAS también en lenguas extranjeras seré yo». Y esto lo digo mientras él está saliendo de casa con una CHICA por la noche.*

La consideración simultánea de relatos oníricos, manifestaciones orales y autodescripciones escritas, tal como la que hemos llevado a cabo en el caso de Bill, pone de manifiesto que nos hallamos ante un universo semántico, coherente y homogéneo, surgido de una matriz discursiva común. La elicitación de esta matriz discursiva nos aproxima a la comprensión de la estructura del mundo experiencial del sujeto. Bill vive con ansiedad su propia proyección en el mundo, en relación particularmente con la dimensión sexual y social. Desde la adolescencia siente un atractivo natural por las mujeres para cuya satisfacción no encuentra los canales socialmente apropiados. Cree que para poder agradar a las chicas debe poseer un físico de fotomodelo, pero a la vez considera que esto es algo superficial y que debería estar dotado de otros atributos más profundos, como por ejemplo, los de literato o escritor (en el último sueño el compañero ingeniero/poeta en japonés sale con la chica). La discrepancia percibida entre la imagen ideal y la real -el problema de los dientes- pone de manifiesto el conflicto nuclear entre «ser y aparentar» de su existencia. El intento sostenido de disimular la naturaleza del conflicto a través del cuidado de la apariencia desencadena una actitud obsesiva de control externo (el espejo), que, focalizando la atención sobre lo exterior, bloquea el proceso de crecimiento interior. A falta de éste la disociación entre *Eigenwelt* -el mundo propio- y *Mitwelt* -el mundo de los demás-, no hace sino crecer: disimulo, apariencia, voyeurismo, vergüenza, miedo, embarazo... son las consecuencias de este posicionamiento en la inautenticidad de la existencia, coherente con un contexto familiar

de ocultación, absentismo parental y falta de compromiso personal.

CONSIDERACIONES FINALES

La perspectiva discursiva con la que hemos abordado el análisis de los sueños nos ha puesto a resguardo del halo misterioso (Majore, 1991) que desde los inicios de la humanidad envuelve el mundo de lo onírico. No pretendemos con nuestro enfoque haber resuelto todos los misterios que lo rodean, sino haber aportado un instrumento metodológico de análisis para trabajar con ellos en terapia. Este método respondería adecuadamente al primero de los misterios que según Ruggeri (1992) afecta a los sueños, el de su significado, que ha ocupado a sacerdotes, filósofos y adivinos desde la antigüedad (Bynum, 1993; Delaney, 1993; Gardfield, 1974; Hill, 1996; Krippner, 1990; Van de Castle, 1994) y a psicólogos y psicoanalistas, particularmente a partir de Freud (1900) (Adler, 1958; Boss, 1958, 1977; Glucksman y Warner, 1987; Jung, 1964, 1974; Langs, 1988; Natterson, 1987; Rosenthal, 1980; Weiss, 1986; Wolman, 1959).

Lejos de explicaciones arcanas y simbolistas el análisis textual de los sueños permite entenderlos como textos analógicos o metafóricos (McMullen, 1995) que adquieren su significado en relación a un contexto tanto intra- como extra-textual. De acuerdo con Lakoff (1993) «*las metáforas redefinen el sueño en el significado del sueño mismo, dado el conocimiento relevante del contexto de la vida del soñador*». Este contexto puede ser inmediato (la información que aporta) y se construye gracias a la coherencia intratextual. Ésta depende no de las relaciones sintáctico-gramaticales entre palabras, sino de las transfrásticas, organizadas en micro y macro-estructuras. En estas relaciones los elementos semánticos -palabras o imágenes del sueño- no tienen significados independientes o autónomos, sino contextuales. De este modo se supera la lectura simbolista de elementos aislados del texto, que tanto ha contribuido a fomentar la visión esotérica del sueño. En el sueño de Ellen West el agua no es el elemento cosmológico que representa la fecundación o el nacimiento (con posibles lecturas incluso religioso-culturales o míticas: el pueblo de Israel nace de las aguas del Mar Rojo, el bautismo es el nacimiento de las aguas del Jordán, etc., etc.), sino el-agua-del-océano-por-donde-navega-el-trasatlántico-desde-uno-de-cuyos-tragaluces-Ellen-se-echa-al-mar-y-casi-se-ahoga. La búsqueda de la coherencia intratextual es competencia que hemos asignado en nuestra metodología al trabajo de comprensión del sueño y que tiene por objeto convertirlo en un texto lógico. Con todo, no se excluye una lectura simbólica de un elemento del sueño en psicoterapia, siempre que se lleve a cabo con la conciencia explícita de que se usa como meta-metáfora.

En algunos sueños, además, como en el del escorpión o en el de los esqueletos, la atención explícita del autor se centra sobre el significado de algún elemento aislado o destacado del texto, que se presenta como condensación simbólica de algún significado desconocido. Un abordaje terapéutico de este tipo de sueños exige

acomodarse a la demanda del autor que pide explícitamente una interpretación simbólica de tal elemento. Pero una vez más esta interpretación no puede hacerse independientemente del contexto, en este caso, del contexto de producción experiencial o vivencial del sujeto. El significado de un texto mantiene, en efecto, una relación necesaria con el contexto, y si éste no viene suficientemente explicitado en la información contenida en el texto se debe buscar en el contexto inmediato de producción.

Así, el sueño del escorpión se produce en un momento en el que la autora, que lleva un año viviendo sola en el extranjero en una ciudad universitaria, donde ha ido a cursar parte de sus estudios, recibe la visita de su madre. La tarde anterior ambas han contemplado esta escultura de bronce en un museo y han hecho el comentario de que representa el signo zodiacal de la madre. Las relaciones con la madre son afectuosas, pero la hija en su situación de estudiante que vive independiente de la familia en otra ciudad, las percibe también como una amenaza a su independencia que ahora, a sus veintiún años ha empezado a saborear más que nunca. La perspectiva del próximo regreso a casa potencia la dialéctica apego/libertad -los brazos del escorpión no la dejan moverse con libertad- que constituye el eje discursivo del sueño.

De modo parecido procedemos en el sueño de los esqueletos. El contexto en el que se produce corresponde a un momento vital en que la autora de 53 años se encuentra con unos padres mayores de más de ochenta que todavía viven autónomos, pero que últimamente han requerido por motivos de salud algunas intervenciones quirúrgicas con las subsiguientes cuidados postoperatorios en casa. De los tres hermanos ella es la que, por diversas razones, ha llevado la mayor parte de responsabilidad en estas tareas. Con motivo de la reciente celebración del octogésimo aniversario de la madre de la paciente se ponen de manifiesto desavenencias entre hermanos que ya vienen de lejos, particularmente por influencia de una cuñada, así como la falta de cariño entre los padres como esposos y de reconocimiento hacia el afecto filial que ella les ha demostrado, todo lo cual le produce un estado de abatimiento. En este contexto se produce el sueño de los esqueletos en el que le llama poderosamente la atención su aspecto aséptico, totalmente descarnado, como si fueran de plástico. La autora, que contempla toda la escena, comenta al relatarla: «será que han muerto para mí y este abatimiento que estoy experimentando corresponde al duelo que llevo por ellos».

Esta tarea de contextualizar los textos en su contexto de producción existencial es la que corresponde a la tercera fase que hemos llamado de interpretación. El contexto experiencial evocado puede ser más o menos inmediato, pero en cualquier caso debe existir una relación de coherencia entre texto y contexto, que hemos llamado extratextual, puesto que la información necesaria para su comprensión suele hallarse fuera de él. La hipótesis básica es que, dado que la experiencia humana se organiza como un discurso, cualquier organización de significados nuevos tiende

a hacerse de forma coherente con los anteriores. Coherente no significa equivalente, sino relacionado, aunque sea opositivamente. Por ejemplo, la inclusión de significados nuevos puede entrar en contradicción con significados antiguos. La organización discursiva tenderá a organizarlos poniéndolos en relación opositiva del tipo: «Yo antes era muy ingenuo, pero ahora (desde que tuve aquella experiencia) me he vuelto muy suspicaz». Interpretar no significa pues buscar un significado trascendente en otro mundo misterioso o arcano, sino dotar de sentido inmanente a un discurso inscrito en la experiencia vital.

Quedan todavía, sin duda, otros misterios por aclarar en el mundo de los sueños, como por ejemplo los de su naturaleza, su contenido, su función y su rápida evanescencia (Ruggeri, 1992). Respecto a su naturaleza, compuesta de imágenes, sensaciones y afectos ya hemos puesto de relieve su tendencia a estructurarse en forma narrativa. De acuerdo con los estudios fisiológicos (Hobson, 1985, 1988) los sueños se generan a partir de señales eléctricas producidas durante la fase REM, mandadas al azar por las neuronas del puente al cerebro anterior donde son reorganizadas en síntesis narrativas. Este origen azaroso explica que su contenido pueda parecer a veces extravagante y desordenado, en el que se mezclan sensaciones características del propio estado de sueño con vivencias de la experiencia cotidiana inmediata y de la historia del sujeto. Parece que de este modo el sueño cumple una doble función: ayudar a integrar las experiencias importantes para el sujeto (Antrobus, 1993, Globus, 1993, Vogel, 1993) y eliminar aquellas impresiones inmediatas o diurnas que son irrelevantes (Crick y Mitchison, 1983). Esta función autolítica -de eliminación-, característica de la mayoría de los sueños que no son ni siquiera registrados en la memoria estaría relacionada probablemente con la evanescencia que observamos en el fenómeno del soñar, mientras que la estructuración narrativa que facilita su recuerdo se relacionaría con aquellos sueños que cumplen una función procesual.

Desde nuestro punto de vista la función procesual correspondería a una actividad discursiva, por la que el sujeto humano se halla constantemente empeñado en otorgar coherencia semántica a la propia experiencia. Esta peculiaridad del sueño humano explicaría su estructura narrativa, como exigida por la necesidad cognitivo-afectiva de integrar las experiencias recientes y remotas en una coherencia histórica. Daría razón, igualmente, del hecho que los sueños sean más abundantes, o al menos se recuerden con mayor intensidad, en épocas de crisis existencial, en las que es mayor la desestabilización emocional (Cartwright, 1986; Kramer, 1982, 1992), en cuanto es mayor también la dificultad de integrar las experiencias contrastantes. Esta actividad discursiva de fondo reproduce la propia actividad de estructuración mental que es constante en el sujeto (Bootzin *et al.*, 1990; Foulkes, 1985; Hunt, 1989) y que, retomando la expresión de Maturana y Varela (1980), constituiría la dinámica de su «organización autopoyética». De acuerdo con Ruggeri (1992) cabría concluir que la actividad onírica «constituye un sistema endógeno especializado que

periódicamente se instaura en el orden mental y lo somete a procesos de naturaleza varia, cuyo fin sería restaurar, mantener y donde sea posible innovar el propio orden mental».

Respecto a su contenido ya hemos señalado que los sueños deben considerarse en el contexto existencial, idiosincrásico del sujeto. Aunque es posible encontrar elementos comunes a muchos sueños (Delaney, 1991; Hall, 1953, Hall y Van de Castle, 1966; Hall y Norbody, 1972) -tales como: acciones de correr, volar, caer, etc...; emociones de miedo, angustia, tristeza o alegría; situaciones: estar desnudo, perder un transporte, buscar o encontrar un tesoro, etc; lugares: la casa, la calle, el coche, etc...-, no lo son en mayor medida que en cualquier otro tipo de narración, donde los argumentos, como las historias de amor o de aventuras, las situaciones, como los viajes, o las emociones como el miedo, constituyen por sí mismos géneros o subgéneros literarios, y no por ello decimos que todas las novelas o películas sean iguales, sino que consideramos su capacidad de reproducir mundos propios, originales e idiosincrásicos, como un criterio de su valor intrínseco. Aunque es lícito, sin duda, como hemos defendido en otra parte (Villegas, 1993b y 1997) a propósito del análisis transtextual, buscar comunalidades entre textos de cualquier tipo, esto no justifica la reducción de sus componentes a significantes de carácter universal que puedan catalogarse en listas de diccionarios (Carskadon. 1993; Chevalier y Geerbrant, 1969). Los sueños, como cualquier otro tipo de texto, no son reductibles a sus componentes singulares, sino que deben analizarse en el conjunto de su entramado *con-textual*, *el cual, como concluyen la mayoría de estudios sobre el contenido de los sueños, remite generalmente a los intentos de resolver los conflictos de la vida diurna* (Cartwright y Lamberg, 1992; Shatzman, 1983). El análisis de contenido de los sueños no debe confundirse, pues, con su interpretación (Jones, 1970). Ésta exige la comprensión del significado del sueño para la persona, lo que implica conocer las condiciones de producción -el contexto experiencial del sujeto que lo sueña- y las relaciones de coherencia semántica con el mundo discursivo que lo genera.

Independientemente, pues, de la múltiple funcionalidad del sueño (Evans, 1993; Moffit, Kramer y Hoffman, 1993), éste constituye un fenómeno significativo (Boss, 1958, 1977) que puede convertirse en precioso instrumento de trabajo terapéutico (Bosnak, 1988; Cartwright, 1986; Cushway y Sewell, 1992; Krippner, 1990; Mahrer, 1990; Taylor, 1983; Ullman y Zimmerman 1993) para comprender, analizar y resolver nuestros problemas (Cartwright y Lamberg, 1992). Clara Hill (1996) ha sintetizado en los siguientes puntos los presupuestos del trabajo terapéutico con los sueños:

- a) los sueños no reflejan conflictos inconscientes, sino más bien diurnos;
- b) son personales y no pueden interpretarse en base a interpretaciones estándar, recogidas en diccionarios;
- c) el rol del terapeuta es servir de guía y colaborador (Bonime, 1987) en su interpretación, más que actuar de experto conocedor de su significado;

d) el mejor modo de trabajar con sueños implica tanto los aspectos cognitivos como los afectivos;

e) los pasos necesarios para llevar a cabo un trabajo completo con los sueños son exploración, comprensión y acción.

En este trabajo hemos pretendido únicamente ofrecer un instrumento de análisis de los sueños en base a las técnicas que nos ofrece la lingüística textual. La consideración del sueño como texto analógico nos permite comprenderlo en el contexto de la existencia personal y dotarlo de un sentido coherente con la experiencia subjetiva, que se va construyendo incesantemente en círculos recursivos y progresivos de acuerdo con las propias incidencias de la vida. Por eso los sueños están cargados de redundancia, pero también de perspectivas nuevas que se abren como posibilidades de ser. El objetivo de nuestro método de análisis es ayudar a integrar en el proceso terapéutico -independientemente del modelo o técnica de referencia- los significados puestos de manifiesto en el discurso onírico, significados que alcanzarán su plenitud en el ámbito de una actividad hermenéutica compartida con el paciente.

La consideración del sueño como texto analógico permite llevar a cabo su interpretación en base a las técnicas del análisis textual. En el artículo se explican detalladamente los procedimientos metodológicos a seguir para realizar este tipo de análisis mediante su aplicación a numerosos relatos oníricos.

Palabras clave: *sueños, análisis textual, discurso onírico, metáfora, interpretación.*

Referencias bibliográficas:

- ADLER, A. (1958). *What life should mean to you*. New York: Capricorn.
- ANTROBUS, J. S. (1993). Dreaming: can we do without it?. En A. Moffit, M. Kramer & R. Hoffman, *The functions of dreaming*. Albany, NY: Suny Press.
- BACHELARD, G. (1942). *L'eau et les rêves. Essai sur l'imagination de la matière*. Paris: Corti.
- BINSWANGER, L. (1945). Der Fall Ellen West. Studien zum Schizophrenieproblem. *Schweizer Archive für Neurologie und Psychiatrie, LIII, LIV, LV*. Traducción española en R. May, E. Angel & H.F. Ellenberger (1967). *Existencia. Nueva dimensión en psiquiatría y psicología*. Madrid: Gredos.
- BONIME, W. (1987). Collaborative dream interpretation. En M. L. Glucksman & S. Warner, *Dreams in a new perspective: The royal road revisited*. New York: Human Sciences Press.
- BOSNAK, R. (1988). *A little course in dreams: a basic handbook of Jungian dreamwork*. Boston: Shambhala.
- BOSS, M. (1958). *The analysis of dreams*. New York: Philosophical Library.
- BOSS, M. (1977). *I dreamt last night*. New York: Gardner Press.
- BOOTZIN, R., KIHLSSTROM, J. & SCHACHTER, D. (Eds.) (1990). *Sleep and cognition*. Washington, DC: American Psychological Association.
- BURKE, K. (1945). *A grammar of motives*. New York: Prentice Hall
- BYNUM, E. B. (1993). *Families and the interpretation of dreams: awakening the intimate web*. New York: Harrington Park Press.

- CARRINGTON, P. (1972). Dreams and schizophrenia. *Archives of General Psychiatry*, 26, 343-350.
- CARSKADON, M. A. (1993). *Encyclopedia of sleep and dreaming*. New York: Mcmillan
- CARTWRIGHT, R. D. (1986). Affect and dream work from an information-processing POV. *Journal of Mind and Behavior*, 7, 411-427.
- CARTWRIGHT, R. D. & LAMBERG, L. (1992). *Crisis dreaming: using your dreams to solve your problems*. New York: Harper Collins
- CHEVALIER, J & GEERBRANT, A. (1969). *Dictionnaire des symboles*. Paris: Robert Laffont
- CONSTANTINIE, & INANNUCCI, C. (1992). Il sogno come processo di attribuzione di significato e segnale di cambiamento in una psicoterapia ad orientamento cognitivo-evolutivo. In A. Semerari, *Il sogno in psicoterapia cognitiva*. Roma: Melusina.
- COTUGNO, A. (1992). Il significato del contenuto onirico manifesto: risultati preliminari di un progetto di ricerca. In A. Semerari, *Il sogno in psicoterapia cognitiva*. Roma: Melusina.
- CRICK, F. & MITCHISON, G. (1983). The function of dream sleep. *Nature*, 304, 111-114.
- CUSHWAY, D. & SEWELL, R. (1992). *Counseling with dreams and nightmares*. Newbury Park, CA: Sage.
- DELANEY, G. (1993). *New directions in dream interpretation*. Albany, NY: Suny Press.
- DESOILLE, R. (1975). *Lecciones sobre ensueño dirigido*. Buenos Aires: Amorrortu.
- ECO, U. (1990). *I limiti dell'interpretazione*. Milano: Bompiani.
- EVANS, C. (1993). *Landscapes of the night: How and why we dream*. New York: Viking.
- FRANK, J. (1987). Psychotherapy, Rethoric and Hermeneutics, implications for Practice and Research. *Psychotherapy*, 3, 293-302.
- FOULKES, D. (1985). *Dreaming: A cognitive-psychological analysis*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- GACKENBACH, J. & BOSVELD, J. (1989). *Control your dreams*. New York: Harper and Row.
- FREUD, S. (1900). *Die Traumdeutung*. Traducción española (1973): El análisis de los sueños, Obras Completas. Madrid: Biblioteca Nueva.
- FREUD, S. (1919). *Ein Kind wird Geschlagen*. Traducción española (1973): Pegan a un niño. Obras Completas. Madrid: Biblioteca Nueva.
- FREUD, S. (1926). *Die Frage der Laienanalyse*. Traducción española (1973): Análisis profano. Obras Completas. Madrid: Biblioteca Nueva.
- GARFIELD, P. (1974). *Creative dreaming*. New York: Ballantine.
- GLOBUS, G. C. (1993). Connectionism and sleep. En A. Moffit, M. Kramer & R. Hoffman, *The functions of dreaming*. Albany, NY: Suny Press.
- GLUCKSMAN, M. L. & WARNER, S (1987). *Dreams in a new perspective: The royal road revisited*. New York: Human Sciences Press.
- HALL, C. S. (1953). *The meaning of dreams*. New York: Harper.
- HALL, C. S & NORBODY. V. J. (1972). *The individual and his dreams*. New York: New American Library.
- HALL, C. S. & Van DE CASTLE, R. L. (1966). *The content analysis of dreams*. New York: Appleton-Century-Crofts
- HALLIDAY, M. K. (1973). *Explorations in the function of language*. London: Arnold.
- HILL, C. E. (1996). *Working with dreams in Psychotherapy*. London: Guilford Press.
- HOBSON, J.A. (1985). *The neurobiology and pathophysiology of sleep and dreaming*. Genève: Fesin
- HOBSON, J. A. (1988). *The dreaming brain*. New York: Basic Books.
- HUNT, H. (1989). *The multiplicity of dreams: memory, imagination and consciousness*. New Haven, CT.: Yale University Press.
- JONES, R.M. (1970). *The new psychology of dreaming*. New York: Grune & Stratton.
- JUNG, C. G. (1964). *Man and his symbols*. New York: Dell
- JUNG, C. G. (1974). *Dreams*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- KANT, O. (1942). Dreams of schizophrenic patients. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 95, 335-347.
- KRAMER, M. (1982). Psychology of the dream: art or science?. *Psychiatric Journal of the University of Ottawa*, 7, 87-100.
- KRAMER, M. (1992). Mood change from night to morning. *Sleep Research*, 21, 153.
- KITTAY, E. F. (1987). *Metaphor: Its cognitive force and linguistic structure*. Oxford: Carendon Press.
- KRIPPNER, S. (ed.) (1990). *Dreamtime and dreamwork: Decoding the language of the night*. Los Angeles: Tarcher.
- LAKOFF, G. (1993). How metaphor structures dreams: The theory of conceptual metaphor applied to dream analysis. *Dreaming*, 3, 77-98.
- LALLA, C. (1992). Idee per una interpretazione costruttivista dei sogni. In A. Semerari, *Il sogno in psicoterapia cognitiva*. Roma: Melusina.

- LANGS, R. (1988). *Decoding your dreams*. New York: Henry Holt
- LAVOB, w. (1972). The transformation of experience in narrative discourse. In *Language in the inner city. Studies in Black English vernacular*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- MATURANA, H. & VARELA, f. (1980). *Autopoiesis and cognition*. Boston: Riedel.
- MAJORE, I. (1991). *Il mistero del sogno*. Roma: Astrolabio.
- MAHRER, A. R. (1990). *Dream work in psychotherapy and self-change*. New York: Norton.
- McMULLEN, L. M. (1995). Methods and metaphors: The study of figurative language in psychotherapy. In L. T. Hosmand & J. Martin (Eds.), *Research as praxis*. (pp. 153-170). New York: Teachers College Press.
- MENARINI, R. & PONTALTI, C. (1994). Terapia grupal analítica de familia con adolescentes. *Revista de psicoterapia*, 18/19, 25-36.
- MOFFIT, A., KRAMER, M. & HOFFMAN, R. (1993). *The functions of dreaming*. Albany, NY: Suny Press.
- NATTERSON, J.M. (1993). *The dream in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- PERLS, F. (1969). *Gestalt Therapy verbatim*. New York: Bantam.
- (Traducción española: *Sueños y existencia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos (1974).
- PIAGET, J. (1962). *Play, dreams and imitation in childhood*. New York: Norton.
- PROPP, V. (1928). *Morfología del cuento*. Madrid (1974): Fundamentos.
- ROGERS, C. (1962). The interpersonal relationship: the core of guidance. *Harvard Educational Review*, 32: 416-429.
- ROSENTHAL, H.R. (1980). *The discovery of the sub-unconscious in a new approach to dream analysis*. South Miami, FL: Banyan Books.
- RUGGERI, G. (1992). Mondi virtuali si strutturano in un sistema mentale intermedio (7-43). In A. Semerari, *Il sogno in psicoterapia cognitiva*. Roma: Melusina.
- SCILLIGO, P (1988). *I sogni, una guida al futuro*. Roma: IFREP
- SHATZMAN, M. (1983). Sleeping on problems really can solve them. *New Scientist*, 11, 16-17.
- TAYLOR, J. (1983). *Dream work: Techniques for discovering the creative power in dreams*. New York: Paulist Press.
- ULLMAN, M. (1993). Dreams, the dreamer and society. In G. Delaney (Ed.). *New directions in dream interpretation*. Albany, NY: Suny Press.
- ULLMAN, M. & ZIMMERMAN, N. (1993). *Working with dreams*. London: Hutchinson
- VAN de CASTLE, R. L. (1994). *The dreaming mind*. New York: Ballantine Books.
- VILLEGAS, M. (1981). *La Psicoterapia Existencial*. Tesis no publicada, Universitat de Barcelona.
- VILLEGAS, M. (1992). Análisis del discurso terapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 10-11, 23-66.
- VILLEGAS, M. (1993a). La entrevista evolutiva. *Revista de Psicoterapia*, 14/15, 39-87.
- VILLEGAS, M. (1993b). Las disciplinas del discurso: semiótica, hermenéutica y análisis textual. *Anuario de psicología*, 59, 19-60.
- VILLEGAS, M. (1995a). Psicopatologías de la libertad (I). La agorafobia o la restricción del espacio. *Revista de Psicoterapia*, 21, 17-39.
- VILLEGAS, M. (1995b). La construcción narrativa de la experiencia en psicoterapia. *Revista de psicoterapia*, 22/23, 5-20.
- VILLEGAS, M. (1997). Psicopatologías de la libertad (II). La anorexia o la restricción de la corporalidad. *Revista de Psicoterapia*, 21, 19-92.
- VOGEL, G. W. (1993). Activation-synthesis hypothesis. En M. A. Carskadon, *Encyclopedia of sleep and dreaming*, 2-3. New York: Mcmillan
- VON FRANZ, M.L. (1991). *Dream*. Boston: Shambhala.
- WEISS, L. (1986). *Dream analysis and psychotherapy*. New York: Pergamon.
- WILMAR, H. A. (1982). Vietnam and madness: Dreams of schizophrenic veterans. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 10, 47-65.
- WOLMAN, B. B. (1959). *Handbook of dreams: research, theories and applications*. New York: Van Nostrand Reinhold.

LA ARQUITECTURA NARRATIVA DE LA PERSONALIDAD A TRAVÉS DEL SUEÑO: LAS AUTONARRACIONES NUCLEARES RECURSIVAS

G. Giancarlo Dimaggio, A. Vincenzo Serio, Giuseppe Ruggeri

Istituto di Psichiatria e Psicologia

Università Cattolica Sacro Cuore, Roma

In this article dreams are considered as particular phenomenon that allows to observe narrative structure of the Self. Multiple and recursive histories are continuously explained by the mind to herself generating so called recursive nuclear autonarratives. This point of view is illustrated in the article through different examples of dreams.

Key words: narratives, autonarratives, dreams, recursiveness, hermeneutics.

1. INTRODUCCIÓN

Desde hace ya más de diez años se va consolidando en el conocimiento psicoterapéutico el pensamiento sobre la modalidad narrativa de construcción de la experiencia por parte del individuo. En este conocimiento se ha prestado menos atención al valor de realidad o veracidad de los acontecimientos relatados que al modo en que el sujeto organiza el discurso (Spence, 1982; Bruner, 1990; Gergen & Gergen, 1988; Villegas, 1992, 1995). La hipótesis fuerte de esta teoría es que la realidad se organiza como una narración y que las leyes que guían este proceso son las mismas que guían la formación de buenas historias. Por otra parte teóricos de diferentes escuelas, psicoanalítica, hermenéutica, cognitiva, así como los sociólogos, sostienen que la personalidad se construye y se reorganiza continuamente a partir de un conjunto de historias nucleares que modelan la acción del individuo en el ambiente (Bowlby, 1967; Stern, 1985; Bartlett, 1932; Markus & Nurius, 1986). La tesis más general que queremos proponer es considerar el Self como una instancia psíquica particular que se instaura, se estructura y se mantiene según una procesualidad de tipo narrativo; el Self está constituido por representaciones múltiples organizadas de modo que dan lugar a «historias» que la mente se narra

continuamente a sí misma. Cada una de estas historias se articula en una trama narrativa, cuyos hilos y nudos están constituidos por personajes, formas de interacción, estados de conciencia (Serio, 1995), los cuales, como «espacios mentales» garantizan a los diversos elementos la posibilidad y la modalidad de su despliegue. Nuestro estudio quiere contribuir a esta corriente de pensamiento a partir de nuestro laboratorio de observación que es el sueño narrado en psicoterapia individual, utilizando el método de la transcripción integral de todos los sueños narrados por los pacientes en el curso de sus sesiones. Hemos podido señalar anteriormente (Magnolfi, 1991) la presencia en los sueños de temas narrativos que reaparecen a través del tiempo, y que cada terapia en una primera observación se caracterizaba por al menos uno de estos temas que definimos como Temas Oníricos Recurrentes (TOR): el túnel en un caso, el agua en otro, o los animales en el caso que aquí presentamos. Una observación más precisa nos ha permitido observar que casi la totalidad de los sueños de los pacientes están constituidos por variaciones de temas recurrentes que constantemente se alternan y combinan. Nuestra hipótesis central es pues que el mundo onírico está constituido por una serie de historias que definimos Autonarraciones Nucleares Recursivas (ANR). Las hipótesis derivadas es que dichas ANR: 1) sirven de modelo del mundo, organizado de forma narrativa. Esta hipótesis está de acuerdo con la teoría de los constructos personales de Kelly (1955), pero lo que aquí queremos ejemplificar es que los constructos personales, identificados en los diversos personajes y acontecimientos de la trama del sueño, no actúan aisladamente sino a través de la creación de una matriz común, el drama onírico, en el cual despliegan una variedad de combinaciones posibles, que no es reductible a la suma de las partes; 2) contribuyen constantemente al remodelamiento de la personalidad, gracias al cual las modificaciones que se dan en el drama de una Autonarración Nuclear Recursiva terminan por convertirse con el tiempo en cambios estables de la personalidad. En este sentido nuestra teoría presenta diversas afinidades con la del Self Dialógico de Hermans & Kempen (1992, 1993) que expondremos más adelante. Ejemplificaremos la teoría presentando tres sueños de una misma terapia, caracterizados por la presencia de dos temas narrativos, mostrando cómo éstos se han formado, cómo se han mantenido estables y cómo después de un largo intervalo de tiempo han experimentado modificaciones. Somos conscientes de la necesidad de una verificación experimental más completa de esta teoría, pero el interés de los datos era tal que nos ha parecido importante presentar una primera ilustración fenomenológica de nuestras hipótesis. Como ejemplo complementario presentaremos una breve historia donde se da un brusco cambio de personalidad del protagonista y esperamos poder ilustrar cómo nos imaginamos que se ha realizado este cambio. La hipótesis es que esta historia detecte, por así decir, el momento preciso del cambio de las historias del individuo, de modo parecido a lo que debió suceder en el paciente cuyos sueños presentamos, en el intervalo entre los dos primeros sueños y el tercero, que difiere visiblemente de ellos.

2. UNA HISTORIA

En el cuento «Rashomon», Ryunosuke Akutagawa habla de un siervo sin amo al que la crisis económica lo lleva a refugiarse bajo el portal de Rashomon, su ciudad, sin otra compañía que la lluvia y los cuervos. Oye ruidos procedentes de una habitación excavada en la parte alta del muro, y sube hasta ella. Entre cadáveres amontonados ve moverse a una vieja, ladrona de cabellos. Los dos se asustan recíprocamente. La vieja explica que la difunta a quien le está robando los cabellos era una pequeña estafadora, que ella tiene hambre y que robarle los cabellos no es inmoral. Bajo la débil luz, el siervo decide hacer un gesto hasta pocos minutos antes impensable: pega a la vieja y le roba el kimono. Al hacerlo en realidad está asumiendo la lógica de la anciana: la necesidad cambia la moral. En el mundo de «Rashomon» en el cual los únicos ruidos son la lluvia y los cuervos y donde los únicos vivos son una vieja sin respeto por los muertos y un siervo sin amo, ¿a qué se puede atribuir el cambio que podemos suponer permanente en el siervo? ¿A la soledad?. No. ¿Al hambre?. Tampoco. ¿Al relato de la vieja que hace de modelo de vida?. Tal vez, juntamente con el hambre y la soledad, y tantas otras historias que pueden haberse desplegado en su mente: la de la relación entre él y su amo, entre él y su familia y todas las historias religiosas que de pequeño le habían contado. A todo ello, obviamente, Akutagawa no hace mención. Pero podemos decir que, en el momento en que agrade a la vieja, en su mente ha cambiado algo y muchas de las historias que han guiado su vida han sido inmediatamente reescritas, modificadas o canceladas por completo. El cambio parece imprevisto, motivado ciertamente, pero súbito. ¿Es realmente así?

3. EL SELF: UNA ARQUITECTURA NARRATIVA

No es nuestra intención repasar la evolución histórica del concepto de Self, pero es indispensable dar algunas coordenadas que definan el área en la cual observamos y reflexionamos.

En primer lugar el Self es visto como un proceso representativo, tanto por parte de los etólogos y antropólogos que lo conciben como una autorepresentación que se construye en la interacción con los miembros de la propia especie, en la llamada psicología del *looking-glass self* (Mead, 1932; Gallup, 1977), como por parte de los psicoanalistas. En efecto, Kernberg (1975) dice que: «El Self es una estructura intrapsíquica que consiste en representaciones múltiples (...) afectivo-cognitivas que reflejan la percepción que una persona tiene de sí misma en interacciones reales con otros individuos significativos (...), un Self integrado se caracteriza por una continuidad de la experiencia del Self tanto histórica, (o a través del tiempo), como transversal (o a través del funcionamiento en diversas interacciones psico-sociales)».

Recientemente Hermans, Rijks y Kempen (1993) han definido el Self «como un relato polifónico, es decir, una narración donde voces diferentes, a menudo de

personajes muy diferentes entre sí y representantes de una multiplicidad de mundos relativamente independientes, interactúan para crear una auto-narración».

De modo similar, Schafer (1989) sostiene que el paciente se representa a través de una multiplicidad de historias que hacen referencia a él y no contando una única historia sobre sí mismo.

Aquí, en un cierto sentido, los dos últimos puntos de vista se integran, lo que nos lleva más allá y, para usar el mismo lenguaje de Hermans, Rijks y Kempen, se concibe el Self como un alternarse de narraciones polifónicas recursivas, cuyas melodías pueden combinarse posteriormente en un ámbito funcional supraordenado. Aclararemos el concepto.

Los trabajos de Markus y Wurf (1987) y de Hermans, Rijks y Kempen (1993) muestran que en el contexto de la moderna «psicología del self», entendida en la acepción más general del término y no refiriéndose de modo específico a la escuela nacida del pensamiento de Kohut, existen tres temas comunes: 1) la naturaleza multifacética del self; 2) su carácter dinámico; 3) su estructura narrativa.

Martinsdale (1980) propone la teoría de los sub-sí-mismos, visión del self tanto multifacética como dinámico-motivacional: la personalidad se define como «una burocracia jerárquica de unidades cognitivas variables según el nivel de abstracción y complejidad». El nivel más concreto representa las unidades de acción. A niveles más amplios de abstracción existen en sucesión jerárquica los planes, las disposiciones, las necesidades y finalmente en el nivel de las «unidades sub-sí-mismos», jerárquicamente conectadas a las unidades disposicionales que especifican los planes comportamentales. Los sub-sí-mismos, dice Martinsdale, son las unidades cognitivas responsables de la política general en el sistema burocrático del Self. Más allá del lenguaje poco atractivo de Martinsdale, resulta valioso el concepto que presenta: que cada uno de los niveles jerárquicos tiene una autonomía propia de los restantes. Las reglas que pertenecen a un nivel no son las mismas para los otros niveles. Queremos decir con esto que si escuchamos una serie de sueños o de episodios relacionales de un paciente que tienen en común un mismo tema y conseguimos, usando el lenguaje psicoanalítico como ejemplo, identificar el esquema de una relación objetual, podemos suponer que es ésta la que guía el comportamiento de dicho paciente, al menos en determinadas áreas. Pero ese esquema será sólo una condensación, una reducción de una historia que contiene muchos más elementos, cada uno de los cuales tiene su poder operativo específico al interno del nivel más amplio de la historia. Es como si redujéramos la historia de Hamlet a su relación con la madre, el tío y el padre muerto. Sin embargo su historia es inimaginable, imposible de escribir (privada de componibilidad hermenéutica, utilizando términos de Bruner, 1991) si olvidamos a Ofelia y a su locura, a Polonio con sus bellaquerías y sus extravagancias en el pensamiento y el contexto que es el de una familia real inmersa en luchas por el poder en una determinada época histórica. Si decimos, por ejemplo, que Hamlet se veía llevado por la imposibilidad

de resolver el complejo de Edipo porque la persona de quien deseaba vengarse era la misma con quien se había identificado porque había realizado su deseo de matar al padre, con eso aún no hemos dicho nada sobre lo que le guiaba. Es toda la tragedia, con todos los personajes que aparecen lo que puede dar la clave de lectura de su personalidad. La aparición de Polonio y Ofelia actúa en un ámbito estructural diferente del de las relaciones edípicas de Hamlet y las modifica. Llamamos a esto: irreductibilidad de una historia a sus componentes sub-ordinados. Una historia nuclear, una Autonarración Nuclear Recursiva, como afirmaremos más adelante, es para nosotros un nivel atómico de actividad mental, un nivel de organización en sí mismo. Tal como se verá con mayor claridad en los sueños presentados, los polos emergentes de diversos constructos personales en el sentido de Kelly (1955) en el seno de una historia, pueden ser representados por los diferentes personajes; pero éstos se encuentran en una interacción dialéctica en el interior de una escena mental compartida, cuyo resultado global sólo puede desembocar en productos mentales imprevisibles a partir de constructos de base, que adquieren sentido sólo en el seno de la narración en su conjunto. La construcción de la realidad no ocurre a partir de la aplicación de un constructo de uno de los personajes del mundo interno de una escena representada en el sueño, sino que se modela sobre la historia en su conjunto, entretejida por la dialéctica entre los personajes.

Delineado de este modo el marco teórico en el cual nos inspiramos, intentaremos ahora presentar sintéticamente algunas formulaciones sobre el Self, a las cuales hemos llegado.

El concepto que queremos plantear es que el Self es un proceso organizado de modo narrativo o, en otras palabras, que las representaciones múltiples que lo constituyen están organizadas como las muchas historias que continuamente la mente se narra y renarra, cada una basada en una trama y constituida por personajes parcialmente constantes en el tiempo, por emociones, formas de interacción, relación o simple contacto entre los personajes, por pensamientos sobre lo que acontece y otras dimensiones de la vida mental.

La mente se proyecta estas pequeñas historias, relatos breves por así decirlo, alternándolas entre sí continuamente y, como veremos, acercándolas unas a otras en un modo que no está dejado al azar. Es un fenómeno, creemos, de naturaleza recursiva. Hofstadter (1978) define la recursividad al nivel más general como el anidarse de unas cosas dentro de otras y sus variaciones. Pongamos un ejemplo: Un jefe tiene un magnífico teléfono que le permite recibir muchas llamadas. Está hablando con A cuando llama B y le dice a A: «¿Le importa esperar un momento?». Naturalmente en realidad no le preocupa si A se molesta o no por ello; pulsa sencillamente una tecla y entra en comunicación con B. Entonces llama C, y B sufre la misma espera. Se podría llegar de este modo al infinito (...). Supongamos que la conversación con C termina. Nuestro jefe retrocede para volver a establecer línea con B y continúa hablando con él. Mientras tanto A está tamborileando los dedos

sobre la mesa y oyendo una horrible musiquilla por el teléfono que intenta tranquilizarlo... Entonces imaginando el caso más simple, sucede que la conversación con B termina, y el jefe vuelve finalmente a entrar en línea con A. Pero podría ocurrir que después de empezar la conversación con B llamara otra persona, D. Otra vez, B sufriría una desconexión que lo enviaría al «montón» de llamadas en espera, y se entablaría la conversación con D. Después de haber acabado de hablar con D, el jefe volvería a B, y después a A. Aunque este jefe parecería, como mínimo, robótico sin remedio, sirve para ilustrar la recursividad de una manera bastante precisa» (p. 137).

La recursividad en el sueño aparece a menudo de manera evidente cuando soñamos que soñamos o, como en el segundo de los sueños relatados, cuando se representa explícitamente la nidificación de una icona dentro de otra. Observando el mundo onírico en su continuo desplegarse durante los relatos que los pacientes hacen a lo largo de su tratamiento psicoterapéutico individual, podemos notar cómo las historias se alternan según los temas y estos temas están dispuestos de modo que de uno se pasa al otro para volver al precedente alguna noche después, como si cada uno estuviera narrado en el paréntesis del otro, quizás con la apertura de más niveles de paréntesis, y viceversa. La regularidad recursiva en la organización metatemática (tal como mostraremos con un ejemplo) nos hace suponer que existen señales reales y específicas, en los diferentes códigos que componen las narraciones oníricas, que llevan, por así decirlo, a la apertura de historias dentro de otras historias. Una determinada secuencia comportamental acompañada de un conjunto específico de emociones, la intensidad de una emoción, pueden ser las señales que llevan a la apertura de los paréntesis en el sueño, representados por un cambio de escena.

La otra característica que quisiéramos subrayar es que cada historia tiene su autonomía, una especificidad propia: cada historia es en su conjunto un operador psíquico potencial que puede guiar el comportamiento del individuo en el mundo.

4. LA ORGANIZACIÓN NARRATIVA EN LOS SUEÑOS DE UN PACIENTE

El sueño se presta bien por su característica a la construcción y a la ejemplificación de un modelo teórico como el nuestro, basado en la organización narrativa de algunos niveles de la mente: en primer lugar los sueños son un espejo bastante fiel de la realidad intrapsíquica del sujeto casi del todo desvinculada de lo cotidiano, a excepción de aquellos que Freud llamaba residuos diurnos, pero de todas maneras sujetos a las leyes sociales del relato: diacronicidad, negociación del contenido y del significado con el terapeuta (Bruner, 1991), habida cuenta del límite intrínseco impuesto por el hecho que el sueño narrado es siempre el recuerdo de un acontecimiento ocurrido horas, días o años antes. Respecto a la narración de los episodios relacionales o de los estados de ánimo, conviene señalar que el sueño siempre es más rico en la descripción de elementos de la dimensión icónica, relativos al lugar donde el sueño se desarrolla: el ambiente, el paisaje, la arquitectura; así

como que diversos episodios aparentemente desconectados entre sí y ambientados en lugares diferentes pueden estar combinados en una única trama. Además en el sueño es posible representar escenas imposibles en la realidad por limitaciones de tipo físico (volar, caer) o psíquico (represión) o social (adhesión a las normas y a las leyes).

En base a estos presupuestos, hemos elegido tres sueños de un paciente en tratamiento psicoanalítico individual donde aparecían dos temas narrativos recurrentes que transcribimos íntegramente y en orden cronológico.

SUEÑO 1 (3/1/83)

«Lisa viene de Roma, quizás de lejos, hablo con ella y con su amiga, estoy muy enamorado de ella, pero más platónicamente que físicamente. Saverio me organiza una salida con ella para poder vernos. Tengo miedo de su rechazo. Voy hacia la estación, no estoy preparado pero hago el examen de patología médica, sacando un excelente. Estoy contento porque finalmente podré salir con ella; está contenta mi madre, sus padres, pero yo no estoy contento, tengo la sensación de no estar preparado. Esta chica tiene que irse luego con sus padres al norte; al final nos encontramos pero no sé si ella me corresponde o no. A su alrededor hay una serie de personas que me podrían ayudar; siento que necesito a estas personas pero no las considero porque no se han dado cuenta de que no estoy preparado.

Paseo en coche por lugares grises y tristes en las cercanías de la universidad hacia el mar. Alguien me hace hacer pruebas, tests para hacer el amor con ella. Luego tengo con ella contacto físico, pero se va transformando, como si se convirtiera en un sucedáneo de mi ideal. Se marcha. (Cambia la escena). Estamos en el mar, a mi lado varias personas dentro del agua. Yo y Gianni (hermano) distanciados. De repente una cosa negra emerge del agua, un tiburón, veo la aleta negra entre las personas, a pesar de esto vamos todos los días a bañarnos allí; es un animal negro, se alimenta de carne y sangre, sale de su guarida hacia las 11-11.30 de la mañana y se ve su aleta. Este monstruo sale fuera como un chorro de petróleo. Escenas de violencia en el fondo del mar, emerge, engulle y descuartiza y vuelve al fondo. Se alimenta sólo de carne animal. Hay que eliminar a este monstruo, pero a la vez a uno le entran ganas de dejarlo vivir, parece indefenso, da pena pero en el agua es viscoso. Advertimos su tendencia a salir del agua pero después vuelve a entrar de lo contrario moriría. Lo observamos salir del agua y caminar pero si estuviera demasiado fuera podría morir por falta de oxígeno. Lo observamos yo y otra persona. Fuera del agua me doy cuenta de que no es un verdadero tiburón, es negro, un poco peloso, tiene el morro de perro o de oso, como le gustan a Francesca (novia). «Quizás a Francesca le suscitaría ternura». (Cambia la escena). Estamos

en el jardín de mi casa, la guarida de la bestia se ha trasladado allí y no puede matarme, está en una jaula. La miro quizás con mi padre o con Gianni, una masa oscura detrás del enrejado. Pensamos de qué manera matarlo, me quedo solo con el monstruo, pienso que tal vez haciendo que salga del agua y matarlo. «¿Y si luego me persigue?». Pienso entonces en armarme con una pistola, pero tengo miedo, si no lo mato bien es un anfibio y puede perseguirme y descuartizarme. Estoy yo, mi madre, la enfermera, mi hermano. Soy el único hombre de la casa, tengo que enfrentarme al monstruo. Hemos conseguido encerrarlo en el balcón de la casa de Ostia. Tengo que matarlo, lo observo bien, dentro de algunas horas querrá volver al agua, dará señales de sufrimiento, se enfurecerá. El monstruo se agita, huyen todos; yo quería hacerlo morir de asfixia, había preparado un plan pero mi madre abre el balcón, no lo cierra bien y él quiere entrar. Me enfrento al monstruo, él empuja el cristal para entrar, yo empujo, hay una lucha. Se vuelve un poco humano, yo tengo un extraño coraje. Tiene unos ojos negros y diabólicos».

SUEÑO 2 (14/2/83)

«Hay una chica de cabellos pelirrojos, siento atracción y repulsión a la vez. Mi tío pasaba y controlaba, la «repasaba de arriba a abajo», tocándola y daba una opinión física positiva sobre ella, como diciendo «ésta está bien para ti». Ojos gris-verdes, rostro un poco demoníaco, un poco endiablado, frío. Estaban bañándose juntos, yo tenía algo en la garganta que me molestaba, pensaba que tenía una bronquitis crónica. Escupo un moco blanco, algo infecto con forma parecida a un cordón, un cordón blanco que me salía de la boca. Me lo quiero sacar y empiezo a estirarlo. Va saliendo un largo cordón sólido de mocos, después poco a poco salen fuera muchos órganos, riñones, bazo, hígado. La chica me invitaba a sacarlo fuera. Había allí un médico, un anatomo-patólogo que después las podría examinar. El agujero del lavabo se taponaba y todo eso cae dentro, allí se transforma y se convierten en la cabeza del tiburón, mirada fría, mala después se convierte en una orca. A medida que los órganos eran engullidos por el agujero, se transformaban en una cabeza de un tiburón y después de orca. Del agujero salía mucha agua que después llenaba poco a poco la habitación. Nosotros intentábamos huir; la orca nos miraba socarrona, se movía. Tenía una falsa actitud afectuosa de delfín. Sabía que tenía que temerla, el agua nos empujaba hacia afuera. Tenía miedo de que los órganos hubieran salido de dentro.

SUEÑO 3 (23/1/86)

Un chalet. Estaba solo, me había peleado con Bianca (nueva novia), ella me había abandonado. Antes estábamos juntos, pero después por cuestiones de

tensión, de los típicos celos habíamos cortado. Separación temporal dolorosa. Tenía a mi lado a un niño pequeño, muy pequeño, me llegaba a la rodilla, de unos 2-3 años de edad. Caminaba a duras penas, lo llevaba de la mano. Me sentía un poco su padre, quizás hijo mío o mi primo. Sentía mucha ternura, su presencia no me molestaba, me sentía capaz de cuidarlo, de protegerlo. Vivíamos juntos, era varón, con el pelo corto, una camiseta a rayas, tirantes; él se había encariñado mucho conmigo. Había un camino muy estrecho y una playa larga, casi desierta. Mi casa estaba un poco elevada, a la orilla del mar, la arena esparcida, el agua baja. Vi dos renacuajos o dos huevos que luego se convirtieron en dos renacuajos. Mirándolos bien vi que eran dos pequeños tiburones. Pensé que cuando crecerían sembrarían el terror entre los bañistas de la playa. Yo los observaba, como si siguiera su crecimiento, su desarrollo: cuando las larvas se convertían en renacuajos pensé que luego crecerían y se convertirían en tiburones peligrosos. Permanecía allí, pasaba el tiempo y me quedaba con el niño a observarlos y seguirlos. Al final les veía ya grandes, pero parecían medio muertos, inofensivos, un poco me sabía mal, un poco pensaba que me había preocupado demasiado. Todos los animales, pequeños, tiburones, ballenas, orcas, se habían corrido la voz y todos convergían allí, eran grandes, el agua baja y entonces morían. Parecía como si hubieran acordado venir allí para suicidarse, venían a morir; los veía de lo alto, muchos morían, veía algún coleteo pero después morían. Estaba con el niño, me sabía mal, como si entre ellos se hubieran puesto de acuerdo para venir a la orilla, para salir a la superficie y venir a morir delante de mi casa. Respecto a las ballenas ya se sabía que venían a morir, era una especie de ley natural que las empujaba a hacerlo. Yo estaba fascinado, intentaba comprender por qué se comportaban así; tenía un poco de miedo y un poco me daba asco porque eran viscosos. «Cuánta carne destinada a morir», un cementerio, un campo de batalla con todos los caídos, el final de una batalla, un epílogo. Algunos daban algún coleteo y luego quedaban en la orilla y morían. Pero en cambio, respecto a los tiburones me parecía un error. La cuestión es que aunque no hubiera una ley similar, allí dos tiburones habían muerto de este modo. Todos los tiburones habían muerto, alguna de las ballenas aún se movía. El niño estaba tranquilo, presenciando todo aquello sin miedo, como si para él fuera una cosa natural que tenía que ocurrir; él estaba inmerso en aquel ciclo, formaba parte del fenómeno, yo en cambio intentaba comprender, darme cuenta, como si yo allí fuera el más anciano, el más sabio e intentara captar el sentido. Me sentía responsable de todo aquello que estaba sucediendo.

Dos son los temas principales que podemos identificar en los sueños: el primero es el de las relaciones de pareja, el segundo el de los animales marinos. Se

puede advertir enseguida que los guiones de los dos temas son muy diferentes entre sí, leídos por separado se diría que no pertenecen al mismo soñador. El primer tema, que se desarrolló siguiendo el mismo «estaba» en los numerosos sueños sobre el tema más general de la sexualidad, se refiere, en los dos primeros sueños, a los intentos de acercamiento a una pareja del otro sexo y a la interposición de otras metas (el examen) y de otros personajes (los familiares de él y de ella, el tío) entre el Yo soñador y el objeto deseado. En ambos sueños parece que es necesario la superación de un test para que los dos personajes puedan acercarse. En los otros sueños no explicados aquí el tema se desarrolla del mismo modo, sólo que lo que impide la conquista no son los miembros de un tribunal sino rivales masculinos y aparecen emociones, que pertenecen al Yo soñador, como la envidia, los celos y la rabia no expresada. Después de años y numerosos sueños este personaje logrará vencer las pruebas y conquistar la pareja. En el tercer sueño, posterior a estas conquistas, el tema apenas aparece, pero continúa existiendo una función de separación entre el Yo soñador y la pareja femenina: las emociones de tensión y celos:

«por cuestiones de tensión, de los típicos celos habíamos cortado. Separación temporal dolorosa».

El segundo tema, más desarrollado, más rico en detalles presenta numerosas regularidades. En los primeros dos sueños, los peces emergen de las profundidades, como si antes hubieran estado escondidos, refugiados en otros ambientes (Ruggeri, 1992) de donde sólo entonces fuera posible salir. El segundo elemento notable es la tendencia de los peces a mutar su forma «en vivo», por así decirlo, en el curso del sueño, a madurar hacia formas más evolucionadas en la escala filogenética. Las emociones que los acompañan pertenecen a la área de la agresividad y las que se recuerdan de manera estable son miedo y ternura; dichas emociones en el curso de las transformaciones se vuelven más complejas, más entretrejidas con la dimensión cognitiva.

También en este tema el tercer sueño es distinto de los primeros dos: en ellos se halla recapitulada la evolución morfológica de los peces y los diferentes estadios están representados conjuntamente y todos los peces se reúnen para un suicidio colectivo que recuerda al inquietante rito de los *lemming*. Después de este rito los peces no aparecen más en el mundo onírico de este paciente.

De la agresividad pasada quedan sólo trazas en la preocupación del Yo soñador. Éste, en clara oposición respecto al primer tema, mantiene en relación con los peces una posición de observador atento y cuidadoso, con una notable capacidad de discriminar los detalles y de emprender iniciativas: en el interior de los diversos temas el Yo soñador asume diferentes funciones.

Un dato que nos parece especialmente destacable: los dos temas se han relacionado siempre en la misma secuencia narrativa: primero aparece el tema que hemos llamado de relación de pareja y después el tema de los animales marinos. En los sueños que hemos observado de esta terapia, cada vez que el primer tema se

aproximaba al más general de los animales marinos, siempre se mantenía esta secuencia. Si esta observación fuera generalizable a otras secuencias temáticas, y estamos trabajando con el intento de medir este fenómeno, podríamos afirmar con mayor fundamento que existe un nivel de organización, de agregación de material narrativo que es sobre-temático y que responde a otras leyes que no son la componibilidad de cada tema narrativo. Es como si existieran modalidades estables en el tiempo de relacionar los guiones entre sí y que esto responda a necesidades generales de mantenimiento de un orden mental, como por ejemplo, la necesidad de completar una secuencia propedéutica antes de empezar otra: una confirmación mediante un análisis estadístico de esta tendencia corroboraría la hipótesis de la característica recursivas de los procesos mentales oníricos.

Otra observación importante es que parece que exista una cierta especificidad en el modo de relacionarse de los personajes, comportamientos y emociones: a los tiburones se les atribuye la rabia y comportamientos agresivos, al Yo soñador, como ya hemos señalado, miedo y ternura en el segundo tema, y en los sueños que no hemos presentado del primer tema, envidia y celos. De modo similar la complejidad cognitiva toca los dos extremos en los peces y en el Yo soñador: los primeros no piensan, al máximo son capaces de fingir una actitud emocional y un comportamiento mientras en realidad «sienten y hacen» otra cosa; en cambio, el Yo soñador es capaz de experimentar un conjunto icónico-afectivo-cognitivo que le lleva a decir:

«Yo en cambio intentaba comprender, darme cuenta, como si yo allí fuera el más anciano, el más sabio e intentara captar el sentido. Me sentía responsable de todo aquello que estaba sucediendo».

Estudios preliminares sobre una muestra más amplia de sueños parece que confirman esta tendencia al emparejamiento preferencial entre personajes del sueño y determinadas cualidades emocionales del sueño (Dimaggio, 1993).

Estas observaciones sobre una muestra más restringida de tres sueños nos sirve para ejemplificar las características que nos parecen típicas de toda vida onírica y que resumimos de la siguiente manera:

1) Existe un conjunto de temas narrativos recursivos, potencialmente ilimitado pero de hecho finito.

2) En cada tema existen personajes característicos.

3) Cada tema y sus personajes se hallan tipificados afectivamente.

4) Los temas se someten a una continua reorganización recursiva: en cada nueva narración se da una reaparición de estructuras existentes en la escena del drama onírico y éstas en el curso del desarrollo del sueño son modificadas, remodeladas «en vivo», así como las nuevas modificaciones tienen una continua retroacción sobre los mecanismos que las causan. Dando como modelo la siguiente historia, planteamos la hipótesis de la existencia de un mecanismo que opera del siguiente modo: a) el pez ataca con rabia; b) el Yo soñante reacciona y enjaula al pez; c) el pez, al no poder actuar queda sujeto a la acción transformativa de la mente; d)

el pez transformado adopta una posición diferente hacia el Yo soñador que a su vez modificará el comportamiento en relación con el pez; e) el pez modificado continuará desarrollando una función de agresividad pero con modalidades nuevas y potencialmente constantes en los sueños futuros. Por tanto:

5) la continua interacción entre los personajes y entre las diversas dimensiones de la vida mental onírica modifica continuamente las estructuras narrativas del sueño.

Queda ahora más claro lo que llamábamos autonomía y especificidad: si en una de estas narraciones uno de los personajes es mi padre, que tiene la tendencia a experimentar emociones del área de la rabia, en otra narración mi padre y esa área emocional estarán completamente ausentes, aunque el mismo tema se represente mentalmente muchas veces; pero es posible que en otra historia emerja la emoción de la rabia sin que aparezca nunca la imagen paterna.

En efecto, la autonomía y la especificidad de cada historia son relativas. Las historias están separadas entre sí, para usar una metáfora biológica, por una membrana semipermeable, a través de la cual los operadores de la vida psíquica: emociones, iconas y otras dimensiones de la vida mental tienen una capacidad de transferirse, o mejor dicho, de relacionarse mediante diversas narraciones, capacidad que no es igual para todos. El Yo soñador está presente casi siempre, los animales no aparecen nunca en ambientes escolares, por dar un ejemplo. Además algunas de estas historias tienen un poder operativo, poder de guiar al individuo en su acción sobre el mundo, entendido en el sentido más amplio del término, mientras que otras, no.

Este proceso, en su conjunto, es muy similar al que Hermans y Kempen (1992, 1993) llamaban «Self dialógico», pero mientras estos autores parecen referirse únicamente a la dimensión lingüística, en el sueño hemos podido observar que esta continua interacción, dirigida al continuo mantenimiento, remodelación y renovación de la personalidad implica a todas las dimensiones de la vida mental: icónica, cognitiva, afectiva, cenestésica, etc., y está mediada no sólo por el código lingüístico sino que también por operaciones procesuales (Ruggeri, 1992). La interacción entre el Yo soñador y la pareja sexual no es solamente un intercambio de información encaminado a la construcción de significado, sino que también es un encuentro «real» entre diversas áreas de la vida mental, representantes de algoritmos generativos, procesados en el curso de la interacción.

5. LAS AUTONARRACIONES NUCLEARES RECURSIVAS

La historia del soñador que: a) ama una chica, b) para salir con ella tiene que superar tests, pruebas y verse sometido al juicio de otras personas del mundo familiar, y c) no consigue su meta de modo satisfactorio es un guión de una Autonarración Nuclear Recursiva. Esta Autonarración Nuclear Recursiva se configura mediante la co-presencia de varias dimensiones de la vida mental:

- 1) Emociones: «estoy contento porque he superado el examen»;
- 2) Planes comportamentales: para acercarse a la chica el Yo soñador tiene que organizar secuencialmente una cita, pasar un examen y superar tests;
- 3) Representaciones de relaciones sociales: amigos, pertenencia imaginaria a un grupo familiar o de pares:

«Estoy contento porque finalmente podré salir con ella, está contenta mi madre, sus padres, pero yo no estoy contento, tengo la sensación de no estar preparado...»

4) Valores: *«siento que necesito a estas personas pero no las considero porque no se han dado cuenta de que no estoy preparado».*

5) Ritmicidad. Independientemente de que se les atribuya un nivel consciente o inconsciente, las diversas escuelas y autores han dado nombres diferentes a las historias que, operando a niveles básicos de la personalidad guían y modelan su desarrollo y su relación con el mundo externo: relaciones objetales (Fairbairn, 1952; Ogden, 1983), modelos operativos (Bowlby, 1969), guiones (Ryle, 1949), tema relacional conflictivo central (CCRT) (Luborsky, 1988), esquema (Bartlett, 1932), plan mental inconsciente (Weiss, Sampson *et al.*, 1986; Weiss, 1993), escenas nucleares (Guidano, 1991).

Definimos aquí como **Autonarración Nuclear Recursiva**: *Un tema narrativo, como un cortometraje endomental que la mente proyecta a sí misma constantemente, en alternancia con otros temas, bajo la forma de sueño, fantasía, imágenes de relaciones interpersonales o de relaciones consigo mismo (Self/Self) y Self/mundo externo; sirve para la construcción, mantenimiento y remodelamiento de la personalidad.*

Las Autonarraciones Nucleares Recursivas son modelos mentales (Johnson-Laird, 1983): representaciones de alto nivel de estados del mundo, cuyo contenido puede «representar relaciones espaciales entre entidades o bien relaciones temporales o causales entre acontecimientos». Son modelos de tipo cinematográfico (Johnson-Laird, 1993) capaces de discurrir en tiempo real, dinámico, tridimensionales, holográficos (Pribram, 1971).

Guidano (1991) dice que un conjunto de «imágenes» o esquemas holográficos genera las representaciones verbales visuales y de nivel consciente, explícito, cuya capacidad generativa sobre niveles superiores de la conciencia permite definir las como nucleares.

Creemos que la **personalidad** pueda definirse como: *El continuo alternarse de una serie finita pero ilimitada de Autonarraciones Nucleares Recursivas, que funcionan como un modelo del Sí-mismo-en-el-mundo, cada una operando en determinadas áreas de la vida mental.*

Además pensamos que las Autonarraciones Narrativas Recursivas son la traducción más primitiva y profunda en imágenes accesibles a la conciencia de las reglas gramaticales que constituyen el inconsciente estructural, tal como ha sido

conceptualizado, aunque de modos distintos por Matté-Blanco (1976) y Johnson-Laird (1983). Constituyen el límite más allá del cual no puede ir la capacidad autorrepresentacional de la mente.

Nuestro estudio del mundo onírico nos ha conducido ya en el pasado a formular algunas hipótesis. En relación a lo que aquí nos interesa, la primera es que el sueño no es una entidad que nace y muere en el tiempo de cada historia; es más bien un sistema en continua evolución en el cual, a lo largo de los años, es posible observar una evolución de estructuras (Ruggeri, 1992). Es posible encontrar, a lo largo de los años, elementos en común, a un nivel que pasaría desapercibido si se considera que cada sueño es una historia en sí misma. Ya Hillmann (1982) observaba, en los pacientes que sueñan animales, que con el paso de los años y del tiempo de la psicoterapia se asiste a una maduración filogenética y estructural; en los sueños iniciales aparecen animales primitivos o menos complejos: dinosaurios, reptiles, insectos, mientras que en las fases más avanzadas aparecen animales más complejos, como los mamíferos. De forma parecida, el paciente cuyos sueños hemos analizado en el inicio de su terapia soñaba animales poco evolucionados: larvas, insectos, serpientes, tiburones. En el curso de una evolución que ha durado años han empezado a aparecer animales más evolucionados, mamíferos terrestres: tigres, gatos, toros que fecundan. El final de la secuencia será el sueño, último con el tema de los animales, del niño con un pie de pez, un personaje completamente humano, que en el sueño representa el hijo del paciente, con una leve deformidad en las extremidades inferiores, como si los huesos de los dedos de un pie fueran de un animal marino. No se trata de preguntarse por el significado de estas modificaciones estructurales, que sí lo son, si no más bien de mostrar cómo varios sueños se relacionan mediante una historia común que puede analizarse en el curso del tiempo. El entrelazamiento de estas historias constituye lo que en su conjunto llamamos el sistema «sueño».

6. CONCLUSIONES Y PERSPECTIVAS

El modelo aquí propuesto es sin duda una aproximación a la mente similar a la de autores como Hermans (1992), Gonçalves (1995, 1996), Pennbaker (1993) y por eso, como también hacen autores como Gonçalves, nos proponemos demostrar a través de una investigación en psicoterapia. Dos son las cuestiones que nos planteamos responder. La primera es si existe una diferencia entre las Autonarraciones Nucleares Recursivas eficaces y las que no los son, o bien qué Autonarraciones Nucleares Recursivas tienen la capacidad de guiar el comportamiento de la persona y cuáles en cambio quedan en el ámbito de la fantasía, del soñar despierto, como las de tantos chicos que fantasean durante años convertirse en famosos guitarristas y nunca en su vida han tenido una guitarra en las manos. Sería importante comprender con más detalle qué elementos de una Autonarración Nuclear Recursiva llegan a traducirse en comportamientos reales, porque, si las Autonarraciones Nucleares

Recursivas alcanzan su propio cumplimiento narrativo, esto no quiere decir que su transposición en el comportamiento llegue a ser completa. El soñador de los tiburones en realidad no agredirá a nadie después que el Yo soñador haya experimentado rabia bastante a menudo, pero hará los exámenes con mayor tranquilidad.

La otra cuestión que nos planteamos es si hay Autonarraciones Nucleares Recursivas que estructuralmente se hallen limitadas sólo a uno de los ámbitos, el onírico o el vigil, mientras que otras tienen la posibilidad de pertenecer y de actuar en ambos. Una tercera hipótesis es que existen patologías caracterizadas por un déficit de Autonarraciones Nucleares Recursivas, por lo que la tarea del terapeuta no es la de modificar historias existentes si no de crear nuevas historias. Y la última hipótesis: sería importante analizar, una vez identificadas las narraciones prototípicas, el modo en que se modifican durante la terapia o dicho de otro modo: una primera modalidad gradual de modificación como la que se da entre el primer y el segundo sueño del ejemplo; una segunda modalidad catastrófica en la que el tema permanece el mismo pero la estructura del texto se convierte en algo casi irreconocible, tal como sucede en el pasaje entre el segundo y el tercer sueño; o bien se produce un cambio radical de tema como en el cuento «Rashomon». Y finalmente, como tema de nuestras futuras investigaciones en psicoterapia, consideramos importante identificar las estructuras metanarrativas, relativas a la modalidad con que las Autonarraciones Nucleares Recursivas se organizan en el tiempo, la eventual regularidad de su sucesión, como ocurre en los sueños aquí presentados.

Gonçalves se halla en la línea de investigación todavía en sus inicios de las narraciones prototípicas características de las diferentes psicopatologías.

7. UN RECUERDO PARA EL SIERVO

En aquel escenario de soledad, bajo el portal de Rashomon, estaba ocurriendo una catástrofe. Las cien historias que habían trazado la vida del criado habían llegado, podemos suponer ahora, todas, o por lo menos la mayoría, al mismo punto, parecido al largo pasaje que separa el tercer sueño del soñador de los dos primeros. Lentamente, imaginamos, se habían dado pequeños cambios en las historias que guiaban al criado y que él ignoraba. Sólo era necesario un último cambio para que todo cambiase realmente. Pero la transformación se había ido gestando en el curso de los años, durante los cuales iban siendo recursivamente retocadas las historias básicas. El robo prepotente del kimono es la primera narración de una nueva historia, o de una historia que antes estaba inerte y ahora revivía. Pero esto poco importa. Queda el hecho que, desde el momento en que se queda solo, el criado repetirá el gesto muchas veces.

Este artículo parte del supuesto que los sueños constituyen un fenómeno donde resulta particularmente factible observar la estructura narrativa del self. Éste se concibe organizado a través de representaciones múltiples organizadas como historias que continuamente la mente se explica a sí misma, dando origen a las llamadas autonarraciones nucleares recursivas. En el artículo se ilustra este punto de vista a través de diversos ejemplos.

Palabras clave: narrativas, autonarraciones, sueños, recursividad, hermenéutica.

Traducción: Empar Torres i Aixalà

Nota Editorial:

Este artículo apareció con el título «L'architettura narrativa della personalità osservata nel sogno. Le Autonarrazioni Nucleari Ricorsive (ANR)» en *Psicoterapia*, 5, pp. 67-82, 1996. Agradecemos el permiso para su publicación.

Referencias bibliográficas

- BARTLETT, F.C. (1932). *La memoria*. Milano: Franco Angeli.
- BOWLBY, J. (1969/1972). *Attaccamento e perdita (Vol. 1. L'attaccamento alla madre)*. Torino: Boringhieri.
- BRUNER, J.S. (1990/1992). *La ricerca di significato*. Torino: Boringhieri.
- BRUNER, J.S. (1991). La costruzione narrativa della realtà. En M. Ammaniti & D. Stern (Eds.), *Rappresentazioni e narrazioni*. Bari: Laterza.
- DIMAGGIO, G.G. (1993). *Emozioni oniriche e processi di strutturazione mentale un'indagine teorica-clinica*. Tesi di Specializzazione, Università Cattolica Sacro Cuore di Roma.
- FAIRBAIRN, W.R.D. (1952/1970). *Studi psicoanalitici sulla personalità*. Torino: Bollati Boringhieri.
- GALLUPP, G.G. (1977). Self-recognition in primates. *American Psychologist*, 32, 329-338.
- GERGEN, K.J., & GERGEN, M.M. (1988). Narrative and self as relationship. *Advances in Experimental Social Psychology*, 21, 17-56.
- GONÇALVES, O.F. (1995). Cognitive narrative psychotherapy. En M.J. Mahoney (Ed.), *Cognitive and constructive psychotherapies*. New York: Springer.
- GONÇALVES, O.F. (1995). Narrazione e cognizione: Implicazioni cliniche. Comunicación presentada en el World Congress of Behavioural and Cognitive Therapies, Copenhagen. Publicado en *Psicoterapia*, 5, 1996.
- GUIDANO, V.F. (1987/1988). *La complessità del Sè*. Torino: Bollati Boringhieri.
- HERMANS, H.J.M., & KEMPEN, H.J.K. (1992/1996). Il sè dialogico. Oltre individualismo e razionalismo. *Psicoterapia*, 5.
- HERMANS, H.J.M., & KEMPEN, H.J.K. (1993). *The dialogical self. Meaning as movement*. San Diego: Academic Press Inc.
- HERMANS, H.J.M., RIJKS, T.I., & KEMPEN, H.J.K. (1993). Imaginal dialogues in the self: Theory and method. *Journal of Personality*, 61, 207-236.
- HILLMANN, J. (1982/1988). *Il regno animale nel sogno*. Milano: Cortina.
- JOHNSON-LAIRD, P.N. (1983/1988). *Modelli mentali*. Bologna: Il Mulino.
- KELLY, G.A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton.

- KERNBERG, O.F. (1975/1978). *Sindromi marginali e narcisismo patologico*. Torino: Boringhieri.
- LUBORSKY, L., & CRITS-CRISTOPH, P. (1990/1992). *Capire il transfert*. Milano: Raffaello Cortina.
- MAGNOLFI, G. (1991). *Dimensione figurativa e dimensione affettiva nel contenuto manifesto del sogno. Studio clinico e sperimentale della produzione onirica raccolta nel corso di un trattamento psicoterapeutico individuale*. Tesi di specializzazione, Università Cattolica Sacro Cuore di Roma.
- MARKUS, H., & NURIUS, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.
- MARKUS, H., & WURF, E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299-337.
- MARTINSDALE, C. (1980). Subselves: The internal representation of situations and personal dispositions. *Review of Personality and Social Psychology*, 1, 193-218.
- MATTÉ-BLANCO, I. (1975/1981). *L'inconscio come insieme infiniti*. Torino: Einaudi.
- MEAD, G.H. (1932). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- MILLER, G.A., GALANTER, E., & PRIBRAM, K.H. (1960/1979). *Piani e strutture del comportamento*. Milano: Franco Angeli.
- OGDEN, T.H. (1983). The concept of internal object relations. *International Journal of Psycho-Analysis*, 64, 227-241.
- PENNBAKER, J.W. (1993). Putting stress into words: Health, linguistic and therapeutic implications. *Behavior Research & Therapy*, 31, 539-548.
- PRIBRAM, K.H. (1971/1977). *I linguaggi del cervello*. Milano: Franco Angeli.
- RUGGERI, G. (1992). Mondi mentali si strutturano in un sistema mentale intermedio. En *Il sogno in terapia cognitiva*. Roma: Seminari Melusina.
- RYLE, G. (1949/1985). *Lo spirito come comportamento*. Roma-Bari: Laterza.
- SCHAFFER, R. (1989). Narratives of the self. En A.M. Cooper, O.F. Kernberg & E. Spector Person (Eds.), *Psychoanalysis toward the second century*. New Haven: Yale University Press.
- SEMERARI, A. (1991). *I processi cognitivi nella relazione terapeutica*. Roma: Nuova Italia Scientifica.
- SERIO, A.V. (1995). *La dinamica dei fenomeni dissociativi: Uno studio teorico e clinico*. Tesi di specializzazione, Università Cattolica Sacro Cuore di Roma.
- SPENCE, D. (1982/1987). *Verità narrativa e verità storica*. Firenze: Martinelli.
- STERN, D.N. (1985/1988). *Il mondo interpersonale del bambino*. Torino: Boringhieri.
- VILLEGAS, M. (1992). Análisis del discurso terapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 10-11, 23-66.
- VILLEGAS, M. (1995). La construcción narrativa de la experiencia en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 22-23, 5-19.
- WEISS, J., SAMPSON, H., & THE MOUNT SION PSYCHOTHERAPY RESEARCH GROUP (1986). *The psychoanalytic process: Theory, clinical observations and empirical research*. New York: Guilford Press.
- WEISS, J. (1993). *How psychotherapy works?*. New York: Guilford Press.

REVISTA DE PSICOTERAPIA

La REVISTA DE PSICOTERAPIA es una revista internacional, escrita en castellano, con la colaboración de algunas de las plumas nacionales e internacionales de más reconocido prestigio en el mundo de la psicoterapia, que lleva publicados ya 32 números desde su aparición en el año 1990. Una revista abierta a los planteamientos más actuales de la psicoterapia y receptiva con los más tradicionales.

Una publicación de carácter monográfico y de aparición cuatrimestral, que edita cuatro números al año (dos sencillos y uno doble) con un total de 352 páginas de literatura psicoterapéutica. Una revista dirigida a todos los profesionales de la psicoterapia, la psiquiatría, la psicología y demás trabajadores en el ámbito de la salud mental.

CAMPAÑA DE PROMOCION AÑO 1998 OFERTAS PARA NUEVOS SUSCRIPTORES

MODALIDADES DE SUSCRIPCIÓN

A.- Suscripción para el año 1998 (números 33-36):
Precio de suscripción por 5.000 ptas. (IVA incluido).

B.- Suscripción a *toda la colección* desde principios de 1990 hasta finales de 1998. Oferta por 20.000 ptas. (IVA incluido).
Comprende 36 números, los 32 publicados y los cuatro que faltan por publicar en el momento de esta oferta, excepto números agotados según existencias en el momento de la suscripción.

Para información y suscripciones dirigirse a

REVISTA DE PSICOTERAPIA
GRAO (SERVEIS PEDAGOGICS, S.L.)
c./ Francesc Tàrraga, 32-34 - 08027 BARCELONA
Tel.: (93) 408 0464 - Fax: (93) 352 4337

TERAPIA COGNITIVA, CONSTRUCTIVISMO Y SUEÑOS: UNA REVISIÓN CRÍTICA

Rachel I. Rosner

Department of Psychology, York University
BSB, 4700 Keele St, North York Ontario M3J 1P3 Canada
Email: rrosner@yorku.ca

This article examines the long-standing, albeit sometimes tenuous, relationship between the dream phenomenon and the cognitive therapy tradition. It argues that A. T. Beck used psychoanalytic approaches to dream as launching pad from which to form the rudiments of his neo cognitive therapy, but that he encountered theoretical and practical difficulties that ultimately made further exploration of the dream phenomenon within the burgeoning cognitive therapy, however, are offering solutions to some of A. T. Beck's theoretical dilemmas, and as such are providing neo roads for theoretical and clinical exploration of the dream phenomenon within a constructivist cognitive context.

Key words: dreams, cognitive therapy, constructivism, psychoanalysis.

El objetivo de este artículo es delinear y explicar la relación, poco frecuente y a menudo también poco convincente, existente entre el fenómeno del sueño y la tradición de la terapia cognitiva. Esta relación ha sido poco frecuente ya que, debido a la conexión entre terapia cognitiva y la tradición conductual, resultaría llamativo encontrar cualquier relación de ese tipo tanto a nivel histórico, como teórico. Y es poco convincente no sólo debido a esta razón. Uno de los aspectos recogidos en la terapia cognitiva tradicional es su naturaleza integradora (de la cual se siente muy orgulloso Aaron Beck) (Beck, 1991). La terapia cognitiva se adapta a los nuevos desafíos clínicos utilizando prácticas y puntos de vista tomados de otros sistemas. Pero tal y como han mostrado Alford y Norcross (1991), la terapia ha fracasado en su intento de integrar sus respectivas teorías. Este fracaso ha creado un vacío entre la teoría que explica el desarrollo de la terapia y la teoría del funcionamiento humano. Los sueños se han perdido entre tanto papeleo teórico, y como consecuencia se han hecho con muy poco espacio en la teoría del funcionamiento humano y, en todo caso, menos terreno en la teoría de la práctica terapéutica. Sólo en estos últimos años, y gracias a la introducción del enfoque constructivista en la terapia

cognitiva, los sueños han empezado a resurgir como áreas formales de estudio, tanto a nivel teórico como terapéutico.

Este artículo comienza introduciendo la primera teoría de los sueños de Aaron Beck, que se enraiza en los orígenes psicoanalíticos de este autor, y que jugó un importante papel al ayudarlo a pasar de su modo de entender la psicoterapia psicoanalítica a la cognitiva. Beck acabó por abandonar este trabajo con los sueños y así, la segunda parte de este artículo se centrará en comprender algunos de los dilemas teóricos con los que pudo encontrarse Beck al tratar de explicar el fenómeno de los sueños desde un punto de vista cognitivo tradicional (racionalista). En esta parte del artículo incluyo el trabajo de Arthur Freeman, el único terapeuta cognitivo racionalista que intentó desarrollar la teoría de los sueños de Beck. Su trabajo ilustra muy bien el legado teórico que dejó Beck a los terapeutas cognitivos, un legado más bien complicado.

La tercera parte del artículo se centra en las aportaciones constructivistas hechas al estudio de los sueños en terapia cognitiva. Los primeros terapeutas cognitivo constructivistas ofrecieron una visión teórica de los sueños más bien vaga y poco diferenciada. Sin embargo, los terapeutas cognitivo-constructivistas más recientes -especialmente Óscar Gonçalves y David Edwards- sí que están ofreciendo planteamientos más elaborados desde los cuales poder construir una teoría comprensible de los sueños, de forma especial con respecto a su naturaleza preverbal, metafórica y visual. Con respecto a esto último, considero que la epistemología constructivista en el seno de la terapia cognitiva está ayudando mucho a desatar los nudos que se tejieron en el sistema planteado por Beck y se coloca en una posición muy ventajosa desde la cual construir una teoría cognitiva de los sueños.

SUEÑOS Y PSICOANÁLISIS EN EL PRIMER BECK: UNA PERSPECTIVA PROMETEDORA

La emergencia de la teoría cognitiva en los años 60 se halla íntimamente relacionada con el estudio de los sueños. A pesar de que a menudo se ha considerado a Albert Ellis como el primero en formular el modelo de terapia cognitiva, se reconoce unánimemente a Aaron Beck como el mascarón de proa del movimiento de la terapia cognitiva (Ellis, 1987). Las contribuciones originales de Beck a la teoría cognitiva (como por ejemplo la especificidad de los pensamientos idiosincrásicos presentes en los trastornos afectivos) surgieron precisamente de estudios de connotación psicoanalítica sobre los sueños, realizados sobre pacientes psiquiátricos depresivos.

Beck cita el trabajo de Leon Saul, un psicoanalista de la Universidad de Pennsylvania que trabajó también como analista formador en Philadelphia entre los años 40 y 50, como el que le inspiró a la hora de realizar su primera incursión en el estudio de los sueños con pacientes deprimidos. Saul había seguido los trabajos

pioneros de Franz Alexander en la cuantificación de los sueños, y Beck escribió al respecto,

«el estímulo para revisar los sueños de los pacientes deprimidos lo recibí de los seminarios semanales ‘Estudios Cuantitativos sobre los sueños’, que llevaba Leon Saul. El enfoque clínico y experimental con el que el Dr. Saul trabajaba los sueños me proporcionaron el punto de partida con el que empezar a realizar estudios en este área» (1967, p. 70).

Los intentos de Saul de cuantificar los sueños tienen su origen en la creencia de que el estudio científico de la vida emocional se limitaba todavía a niveles descriptivos, no exploratorios. «La ciencia, escribió, «avanzaría a marchas forzadas si dispusiéramos de métodos adecuados de medida» (1960, pág. 318). Su trabajo cuantitativo con los sueños, pues, formaba parte del largo programa que se propuso, consistente en tratar de llevar el estudio psicoanalítico de la vida emocional hacia un nivel científico más sofisticado. Beck emuló el modelo experimental usado por Saul en su propia investigación con los sueños.

Sin embargo, la posición teórica de Saul respecto a los sueños se situaba en un interesante punto medio entre el psicoanálisis ortodoxo y la revisión más tardía de Beck. Al igual que los psicoanalistas ortodoxos, Saul creía que los sueños eran realizaciones de los deseos, que surgían de sentimientos poderosos, y que analizarlos iba a proporcionar una comprensión más precisa y rápida de las fuerzas emocionales y motivacionales. Pero Saul efectuó no pocos cambios con respecto al análisis ortodoxo, cambios que aparecieron más tarde en la teoría cognitiva de Beck. Primero, Saul escribió que «la interpretación de los sueños representa la vía regia para llegar a la comprensión del paciente» (1960, pág. 299). En este punto, Saul sustituye la palabra «inconsciente», que es el término más común y tradicional de enunciar el axioma freudiano sobre el valor de los sueños, por «paciente». Pese a que resultaría erróneo atribuir al trabajo específico de Saul la tendencia de Beck de situarse fuera del inconsciente, merece la pena remarcar cómo desplazó Saul el foco de la posición psicoanalítica, sacándolo del inconsciente en sí. Para Saul estaba claro que los sueños tenían más valor para conocer a la persona que para conocer un ente abstracto.

El cambio lingüístico efectuado por Saul, pasando del inconsciente a la persona se refleja también en el valor añadido que él otorgó al hecho de manifestar el contenido del sueño. En la teoría psicoanalítica tradicional, el contenido manifiesto tenía valor únicamente en la medida en que ayudaba, tanto al paciente como al terapeuta, a la libre asociación de los conflictos inconscientes subyacentes. Para Saul, los temas manifestados en el sueño eran tan valiosos a la hora de dibujar la constelación emocional del paciente como el material latente analizado. No es que Saul renunciara a la primacía del material latente a analizar; más bien, reconoció que el material manifiesto del sueño desvelaba temas importantes y bien relevantes:

«Si tomamos y estudiamos series de, digamos, 50 o 100 sueños, veremos

que hasta los temas principales y los tópicos manifiestos se hallan limitados» (1960, pág. 185).

Más aún, Saul afirmaba que los sueños «*correlacionan directamente con la vida de la persona*» (1960, pág. 186). En efecto, sus mismos estudios llevados a cabo sobre los sueños subrayan el contenido manifiesto de los sueños, tal y como reza el título «*Un intento de cuantificar la fuerzas emocionales usando el contenido manifiesto de los sueños: un estudio preliminar*» (Saul y Sheppard, 1956).

Beck emuló el programa elaborado por Saul en su trabajo con los sueños, y lo hizo en respuesta a las necesidades de un gran proyecto de investigación sobre la depresión en la Universidad de Pennsylvania, a inicios de los años 60. Cuatro de los primeros artículos de Beck referentes al estudio de la depresión se centraban en la investigación de los sueños (Beck y Hurvich, 1959; Beck y Ward, 1961; Ward, Beck y Rascoe, 1961). El proyecto referente al sueño fue uno de los pilares en los que se apoyó la agenda de trabajo de la investigación llevada a cabo por el departamento de psiquiatría, junto con el proyecto de elaboración del inventario de la depresión (y a raíz del cual surgió el BDI o Beck Depression Inventory [Beck, Ward, Mendelson, Mock y Erbaugh, 1961]), cuyo objetivo establecido fue el de iluminar de una forma más clara los productos ideacionales de los pacientes (sueños, fantasías, ensoñaciones, etc.). Tomaré en consideración aquí los dos artículos referentes al sueño en los cuales Beck aparece como autor principal.

La hipótesis del primero de esos estudios (Beck y Hurvich, 1959) consistía en que los sueños consecutivos de los pacientes de psicoterapia psicoanalítica con neurosis depresiva presentarían una mayor incidencia de temas manifiestos de contenido «masoquista» que el grupo control, formado por pacientes no deprimidos. Para ello definió el masoquismo psicoanalítico en términos de hostilidad dirigida hacia el interior de uno mismo, actividad por otra parte considerada como típica en pacientes depresivos. Así pues, los sueños masoquistas reflejarían temas manifiestos referentes a verse amenazados, rechazados, ignorados y demás. Beck recogió 240 series de sueños de entre 6 participantes mujeres, las puntuó y las evaluó estadísticamente. Concluyó que los sueños con contenidos masoquistas correlacionaban con la depresión, y sugirió que aquellas personas con tendencias masoquistas corrían más riesgo de depresión. Interpretó estos hallazgos como una confirmación del punto de vista psicoanalítico a partir del cual la depresión reflejaba una necesidad de sufrir con tendencia a la auto-punición, y que los contenidos de los sueños no hacían más que expresar el patrón defensivo habitual del ego. Constituye éste el único artículo sobre sueños en el que Beck realiza una interpretación más bien psicoanalítica de temas relacionados con los sueños.

Su segundo artículo sobre esta temática (Beck y Ward, 1961), aparecido dos años más tarde y diseñado como una prueba para demostrar de forma más extensa sus hallazgos previos, se oponía especialmente a sacar conclusiones interpretativas en referencia a temas oníricos. Y a pesar de que su principal estudio confirmaba los

hallazgos previos, Beck se mostró más cauteloso a la hora de atribuir significado a los contenidos de los sueños:

«Aunque ciertos tipos de contenidos temáticos se encuentren significativamente relacionados con las medidas de otras variables de personalidad o de categorías diagnósticas, ¿quiere ello decir que debemos aceptar el ‘significado’ que el investigador asigna a ese sueño en concreto? ... Si bien es cierto que investigaciones de este tipo, consistentes en combinar técnicas experimentales y clínicas, pueden ayudar a clarificar los mecanismos de los sueños, debemos ser extremadamente cautelosos a la hora de asignar significados a los sueños a partir de su contenido manifiesto». (Beck y Ward, 1961, pp. 466-467).

Las puntualizaciones con las que Beck pretende concluir el artículo ponen de manifiesto numerosos cambios conceptuales: los sueños pasan ahora a ser relevantes en la medida en que dan cuenta de un mecanismo que permite conectarlos con la ideación depresiva, y no en términos de su relevancia como elementos subyacentes a los conflictos inconscientes latentes. Es más, amplió el punto de vista de Saul, argumentando que los símbolos oníricos no vienen determinados de una forma inconsciente, tal y como piensan los psicoanalistas, sino que más bien reflejan temas candentes de la vida en vigilia. Con este nuevo punto de vista, Beck aspira a «romper el código de los sueños» (Beck y Ward, 1961, pág. 467) sacando a la luz la forma en que los temas presentes en la vigilia pueden trasladarse a los contenidos de los sueños, y de manera especial la forma en que tienden a agruparse entorno a determinados trastornos emocionales.

Así, las primeras aproximaciones de Beck al mundo de los sueños, estimulado por el trabajo de Saul, significaron todo un intento para llegar a comprender la conexión temática que podía existir entre el contenido manifiesto de los sueños en pacientes depresivos y sus ideaciones depresivas durante el estado de vigilia, con el fin de aislar el mecanismo que los conectaba. El masoquismo presente en los sueños de los depresivos correlaciona con los temas masoquistas que predominan en las ideaciones depresivas durante el estado de vigilia en este tipo de pacientes. Las conclusiones que Beck extrae al respecto son las siguientes:

- no es necesario analizar los sueños, así como tampoco asumir ningún significado inconsciente, para llegar a su significación temática;
- el contenido manifiesto de los sueños correlaciona en gran medida con los temas que resultan importantes para la persona durante su vida en vigilia;
- los temas referentes a la patología que sufre la persona y los temas que aparecen en sus sueños van a correlacionar de forma importante, lo cual sugiere la existencia de un determinado mecanismo que regula la manera en que construimos los sueños;
- *sería interesante realizar investigaciones sistemáticas y experimentales de los sueños en las que se tratara de aislar otro tipo de temáticas que*

correlacionaran con psicopatologías determinadas, y subrayar después sus mecanismos de funcionamiento (Beck y Ward, 1961).

A pesar del entusiasmo claro que mostró Beck por el valor clínico potencial de futuras investigaciones con sueños, la verdad es que no llegó a seguir adelante con ninguno de los experimentos propuestos. Es más, los sueños desaparecieron de forma dramática del foco de atención de Beck en cuanto dejó el psicoanálisis para pasarse al modelo cognitivo. No sería difícil explicar la naturaleza de este cambio si su ruptura teórica se hubiera producido de una forma clara y definida. Por otro lado, la terapia racional emotiva de Albert Ellis, como paradigma cognitivo dominante del momento, no consideró en ningún momento los sueños (Ellis, 1989). Y el paradigma de la terapia de conducta, de la cual se nutría a menudo el trabajo de Beck, tampoco tuvo en cuenta los sueños. Pero en la emergente teoría cognitiva de Beck sí resonaban todavía con fuerza las connotaciones del fenómeno inconsciente, de fuerzas dinámicas, de estructuras del ego, y continuó identificando los sueños como los productos ideacionales resultantes de algún mecanismo cognitivo, aunque ya nunca le volvió a prestar más atención.

Ante la pregunta de por qué Beck abandonó el estudio de los sueños, podríamos sugerir respuestas diversas. Hacia 1970, Beck se distanció abiertamente de todo lo que pudiera sonar a psicoanálisis (ver Beck, 1970b), pese a las numerosas ambigüedades teóricas con respecto a los sueños aparecidas en su nuevo programa (y que pasaremos a considerar más adelante). El estudio de los sueños siempre ha constituido un puntal en el programa psicoanalítico, y en consecuencia, tenía todos los números para ser el primer candidato a desaparecer de entre las prioridades de Beck. Además, al distanciarse del psicoanálisis, Beck podría pretender mostrar la eficacia independiente del enfoque cognitivo y promover de esta manera las causas de su propia escuela. Finalmente, las investigaciones de Beck continuaron centrándose en la depresión y otros trastornos, pero ya no en los sueños. Ante el éxito obtenido con su nuevo enfoque cognitivo para el estudio de la depresión puede que ya no necesitara de investigaciones con sueños para ayudarle en un programa más centrado en temas como la ansiedad, las fobias, etc. Es más, no hace demasiado Beck reconoció que el estudio de los sueños resultaba particularmente costoso y complicado para sus propósitos (comunicación personal, 20 de Julio 1995), y creemos que estas consideraciones tuvieron su peso a la hora de tomar la decisión de abandonar el componente de los sueños en su nueva agenda de investigación cognitiva.

LOS SUEÑOS Y LA TEORÍA DEL FUNCIONAMIENTO HUMANO DE BECK: ¿UN ESFUERZO VANO?

Otra explicación que puede ayudar a entender por qué Beck abandonó el estudio de los sueños parece hacer referencia a dificultades teóricas. Como se ha mencionado más arriba, la nueva teoría del funcionamiento humano de Beck (Beck, 1967) adoptó una actitud más bien ambigua con respecto a los sueños. El tema era:

¿cuáles son las limitaciones de su teoría con respecto a los sueños, y en qué medida sienta las bases de una teoría cognitiva de los sueños?

Nos resultará útil dividir aquí el punto de vista del que parte Beck en dos categorías teóricas: los sueños y la *teoría del funcionamiento humano* (por ejemplo, la etiología y función de los sueños) y los sueños y la *teoría de los procesos de cambio psicoterapéuticos* (el valor de los sueños en el programa psicoterapéutico)¹. Y yo creo que la teoría de los sueños le resulta especialmente problemática de encajar con la teoría cognitiva a Beck precisamente por la vertiente de la teoría del funcionamiento humano. Es más, me atrevería a decir que Beck se encontró con un obstáculo teórico considerable con respecto a los sueños cuando pasó de un modelo motivacional a un modelo cognitivo. Este cambio, que resultó fundamental a la hora de alejarlo del psicoanálisis y afianzarlo en el modelo cognitivo, desencadenó, sin embargo, un dilema irresoluble en su teoría *generativa* de los sueños, una debilidad que llevó a minar la consecuente comprensión terapéutica de los sueños. Estos temas no resueltos dejaron a Beck con un enfoque cognitivo de los sueños que, en último término, tenía bien poco poder explicativo o terapéutico.

Uno de los puntos más llamativos de la ruptura de Beck con el psicoanálisis, según nos cuenta él mismo, fue su rechazo al postulado de satisfacción de los deseos (o postulado motivacional); Beck rechazaba la idea de que los sueños, así como otros productos ideacionales, cumplieran con alguna función física (con todas las connotaciones teóricas que ello implicaba). Beck utilizó material onírico de pacientes depresivos como evidencia de que el punto de vista psicoanalítico resultaba insostenible. Por ejemplo, Beck (1967) ilustró que bajo el punto de vista psicoanalítico, los sueños mostraban una importante «necesidad de sufrimiento». Su punto de vista, en cambio, residía en que las conductas «típicamente ‘masoquistas’... son el resultado de la forma en que los individuos ‘masoquistas’ estructuran sus experiencias... Los sueños masoquistas deberían verse como la manifestación del concepto distorsionado que el paciente tiene de sí mismo, como una interpretación negativa de la experiencia y de estimulaciones desagradables» (1967, pág. 180). Como corolario, él cree que si en este caso los sueños no funcionan como satisfacción del deseo, «entonces toda la formulación de la necesidad de sufrimiento se viene abajo» (1967, pág. 171). Continúa de la siguiente forma, «centrarse en el material recogido, en términos de la percepción que el paciente tiene de sí mismo y de la realidad exterior va desplazando progresivamente el eje de atención desde un modelo motivacional hacia un modelo cognitivo» (1967, pág. 172). Resulta claro que en esta mudanza de un modelo psicodinámico hacia un punto de vista cognitivo, los sueños fueron perdiendo su valor motivacional.

En todo caso, Beck retuvo muchos aspectos de la *superestructura psicodinámica* que había ayudado a explicar previamente el fenómeno de los sueños, e incorporó estos conceptos psicoanalíticos en su comprensión revisada de la etiología y función de los sueños. Lo que acaba de hacer interesante su posición teórica en este tema es

el hecho de que mientras él se decantaba abiertamente por la revisión del modelo conductual en la formación de su nueva escuela de terapia -revisión que implicaba pasar del paradigma de estímulo-respuesta al de estímulo-cognición-respuesta alternativa (Beck 1970a, 1976)-, no por ello se abstuvo de retener muchas de las piedras de toque del psicoanálisis, incluyendo el tema de los sueños. Este enfoque estructural híbrido colocó a los sueños en una posición ambigua. A diferencia de los conductistas, Beck identificó y reconoció los sueños a nivel clínico. ¿Cómo pudo Beck hacer un espacio para los sueños teniendo en cuenta esta constelación particular de posiciones teóricas y seguir manteniéndose al margen del campo psicoanalítico?

La solución que encontró Beck fue la de ver los sueños desde una perspectiva diferente a como la veían los psicoanalistas: las ideaciones (sueños, ensoñaciones diurnas, etc.) dejaban de constituir una ventana por la que acceder a las pulsiones inconscientes, para pasar a ser, más bien, ventanas por las que acceder a «organizaciones complejas de *estructuras* cognitivas (en cursiva en el original)» (Beck 1970a, pág. 194; Beck 1970b, pág. 3). Al revisar la configuración del inconsciente, Beck también está ayudando a diferenciar el enfoque cognitivo del enfoque conductual: «los estados psicológicos internos, como los pensamientos, las actitudes y demás» (Beck 1970a, pág.193), -o, dicho con otras palabras, las cogniciones- pueden utilizarse como datos clínicos. Estas cogniciones se organizan en estructuras, llamadas esquemas, que «exploran, codifican y evalúan el estímulo que afecta al organismo» (Beck, 1967, pág. 283).

En el modelo de Beck, los esquemas se forman en la infancia, y son una combinación de una actitud específica, un afecto correlativo y un juicio respectivo, por lo general en relación a uno mismo. Cada imagen actitudinal se genera a partir de una constelación determinada de señales ambientales; si estas señales ambientales se repiten con suficiente frecuencia, la imagen puede entrar a formar parte permanente de la matriz cognitiva, bajo la forma de esquema. Si el esquema se deforma -es decir, si representa actitudes irracionales con afectos que se muestran consistentes a tales actitudes- se considera que la persona tiene una predisposición a ciertos desórdenes idiosincrásicos de pensamiento.

La organización cognitiva global parece estar compuesta por estos sistemas primitivos, que se corresponden con los procesos primarios descritos por Freud, y también por sistemas más maduros de orden superior, que se corresponden con los procesos secundarios de Freud (Beck 1970a, pág. 194; Beck 1993, pág. 197). Los procesos primarios esquemáticos son automáticos, rápidos, y no requieren de un proceso lógico complicado (Beck 1967, pág. 323). Los procesos secundarios, por lo general, evalúan, dan autenticidad y aceptan o rechazan las ideas que emanan de los sistemas secundarios. Pero cuando el sistema se trastoca, los procesos primarios pasan a dominar las capacidades secundarias de la persona. A diferencia de los procesos primarios de Freud, los de Beck son accesibles a nivel consciente; resulta

posible acceder a la corriente de cogniciones automáticas y, por tanto, es posible alterarlas. En todo caso, hay que tener en cuenta que los esquemas de Beck se forman en la infancia, operan fuera de la conciencia y bajo principios irracionales, y tienen la capacidad de dar forma a nuestras cogniciones de orden superior.

Los esquemas no consisten únicamente en estructuras cognitivas; son también sistemas dinámicos. Y es precisamente al tratar la naturaleza dinámica de la organización cognitiva cuando Beck se mete en un buen lío por lo que respecta a los sueños. El modelo de Beck de estímulo-cognición-respuesta asume que el estímulo aparece como algo externo al individuo. Los esquemas cognitivos, especialmente aquellos que están malformados, permanecen latentes en el sistema hasta que se dan constelaciones ambientales externas idénticas a las que los han formado. Estas señales ambientales activan, o proporcionan energía al esquema latente. Una vez en marcha, el sistema se vuelve hiperactivo y su energía se dirige tanto hacia procesos de orden inferior como hacia los de orden superior.

«Pese a que estos conceptos o actitudes pueden no ser destacables o discernibles en un momento dado, continúan en un estado latente, como si fuera una carga explosiva lista para se la detone en cuanto se reúnan las condiciones necesarias. Una vez activados, estos conceptos dominan el pensamiento de esa persona». (Beck, 1967, pág. 277)

En casos como éste, de acuerdo con Beck, «los sistemas conceptuales reproducen automáticamente toda la poderosa corriente de pensamientos depresivos, amenazadores o paranoides» (1970a, pág. 194), puesto que el proceso racional secundario ha dejado de funcionar correctamente. Resulta interesante subrayar que Beck utilizó la imaginería hidráulica particular y con reminiscencias del sistema dinámico de Freud (como reproducir corrientes de energía, cargas explosivas, etc.) para describir su sistema dinámico cognitivo no consciente.

Llegados a este punto, la teoría dinámica de Beck puede explicar por qué aparecerían determinados pensamientos no conscientes, y por qué permanecen ante la presencia de determinados estímulos externos. Pero los sueños emergen durante el sueño cuando no hay estímulos externos presentes. ¿Qué es lo que activa a los sueños? ¿Y qué es lo que hace que acaben tomando la forma que tienen? La respuesta de Beck ante estas preguntas no resulta para nada clara. Sugiere que, de alguna manera y una vez activados, los esquemas tienen la capacidad de reactivarse continuamente a sí mismos, incluso en ausencia de estímulos externos. Esta reactivación continúa presente, tanto durante los estados de vigilia como los de sueño, a un nivel subconsciente. La evidencia de este fenómeno se halla en el hecho de que los sueños y las ensoñaciones diurnas reproducen el mismo error sistemático que los pensamientos conscientes. En otras palabras, los temas que aparecen en los sueños y en las ensoñaciones resultan consistentes con los temas que conforman los dilemas de la persona durante su vigilia (depresión, ansiedad, etc.):

«El estudio y el análisis de los datos introspectivos sugieren que la

organización cognitiva, lejos de constituir un mero nexo de unión en la cadena de estímulo-respuesta, constituye un sistema cuasi-autónomo con derecho propio. Pese a que este sistema interacciona en gran medida y por lo general con el ambiente, en otras ocasiones puede actuar de una forma relativamente independiente del ambiente; por ejemplo, en una ensoñación diurna». (Beck, 1970a, pág. 194)

Resulta interesante subrayar que la conclusión a la que llega Beck, basada en la teoría cognitiva, es consistente con los resultados que él mismo halló en 1967: *«La actividad cognitiva puede proceder de forma independiente a los acontecimientos externos inmediatos. Los esquemas dan forma a las corrientes de asociaciones y rumiaciones, así como a las respuestas cognitivas ante estímulos externos. Así, la noción de esquema se utiliza para representar los temas repetitivos que aparecen en las asociaciones libres, ensoñaciones, rumiaciones y sueños, así como en las reacciones inmediatas ante los acontecimientos ambientales».* (Beck 1967, pág. 283).

También es consistente con los hallazgos realizados en 1961, cuando todavía se identificaba con el psicoanálisis, tanto en sus publicaciones como en la afiliación a sociedades diversas: «cuando no se hallan reaccionando ante un estímulo externo inmediato y no intentan dirigir sus pensamientos, los pacientes profundamente deprimidos experimentan con frecuencia largas e ininterrumpidas secuencias de asociaciones depresivas, de forma completamente independiente a la situación externa» (Beck 1961b, pág. 329). Estas conclusiones se corresponden perfectamente con los hallazgos de Saul respecto a la relación existente entre los temas contenidos en los sueños de una persona con su vida en estado de vigilia. De nuevo, Beck vuelve a manifestar una deuda estructural con el psicoanálisis, pero no ofrece una hipótesis generativa alternativa.

Para Beck, el dilema ante este punto de vista reside en que si este sistema, además de ser autónomo y no consciente, puede continuar activado en ausencia de estímulos externos, ¿de dónde extrae entonces su sustento? ¿De alguna fuente endógena? ¿Y qué es lo que obligaría a este sistema a continuar produciendo material ideacional? ¿Y cómo conseguiría este sistema producir una imaginiería particular en oposición a otro tipo de imaginiería? ¿Y qué papel jugarían los procesos secundarios, si es que juegan alguno, a la hora de dar forma a los sueños? En lo que parece haber sido un último esfuerzo por tener en cuenta los sueños, Beck expuso la idea de que la hiperactividad de un esquema deformado activado sería suficiente como para activar los sueños, así como otros «contenidos ideacionales en diferentes niveles de conciencia» (Beck 1971a, pág. 500). En su *Patrones cognitivos en sueños y ensoñaciones*, de 1971, Beck (1971b) defendió que los mecanismos cognitivos que se hallan activados durante el estado de vigilia son menos poderosos que lo normal ya que:

«se hallan oscurecidos por el input del estímulo externo. Pero cuando

desaparecen esos estímulos externos durante el sueño y se llega a un determinado nivel de arousal, estos patrones (o esquemas) ejercen una influencia máxima en el pensamiento del individuo» (pág. 6).

De alguna forma, este sistema cognitivo autónomo, una vez activado, dispone de suficiente energía para ejercer la máxima influencia mientras la persona duerme, y tendrá que enfrentarse a los requisitos planteados por la realidad únicamente cuando la persona se despierte, ya sea en forma de ensoñaciones diurnas o de pensamientos automáticos distorsionados.

Es más, Beck planteó la hipótesis acerca de que los sueños representaban la actividad «no censurada» del preconscious (él mismo escribió, «*estas ... cogniciones distorsionadas [son una especie de ideación probablemente análoga a lo que Freud llamó el preconscious]*» [Beck, 1971b, pág.6] al colocar los sueños en el continuum de los subproductos verbales y visuales del sistema cognitivo. Escribió que «*pasando de lo verbal a lo visual, los humanos tenemos 'pensamientos automáticos', ensoñaciones espontáneas, alucinaciones inducidas por las drogas, sueños, etc.*» (1971, pág. 7). El deseo de Beck de llegar a clasificar los sueños, las ensoñaciones y demás como subproductos de un sistema preconscious activado y de identificarlos en el continuum verbal-visual complicó, más que simplificó, el fenómeno del sueño en el contexto de su teoría. Si ya resulta poco claro explicar cómo y por qué este sistema puede ser lo suficiente y continuamente activado durante el sueño como para permitirle generar unas imágenes tan poderosas y viscerales, la pregunta es, ¿cómo podrá este sistema tan poco claro diferenciar lo verbal de lo visual, lo semántico de lo gráfico? ¿Cómo puede alejarse este sistema del lenguaje y acercarse al mundo visual durante el estado de sueño? ¿Necesita más o menos energía por el hecho de tener que alimentar una imagen visual?

Beck se buscó un problema con la teoría de los sueños: tomó prestada de Freud la idea de un sistema no consciente, autónomo e irracional que alimentaba continuamente nuestras ideaciones tanto en estado de vigilia como de sueño, pero rechazaba la hipótesis motivacional de Freud (o de quien viniera) que explicaba su etiología (véase en Power, 1989, la discusión del rechazo de Beck al inconsciente dinámico de Freud). Beck sustituyó el modelo motivacional (satisfacción del deseo) por un modelo de estímulo-respuesta cognitiva que puede responder adecuadamente sólo ante productos de estímulos externos. Introdujo la relación entre ensoñaciones y sueños, y se refirió indirectamente a su conexión con el fenómeno interno tanto visual como verbal, pero fracasó a la hora de elaborar con mayor profundidad estas relaciones. Así pues, sin un mecanismo dinámico interno adecuadamente definido, su teoría resulta ser débil a la hora de explicar el fenómeno de los sueños. La teoría de Beck, tal y como la dejó, entiende los sueños como manifestaciones y claves de un sistema interno idiosincrásico, pero no llega a explicar su etiología o función².

Arthur Freeman, trabajando a partir de la tradición instaurada por Beck, ha hecho algún que otro esfuerzo por desarrollar la comprensión terapéutica de Beck

en el mundo de los sueños, pero este esfuerzo también se ha visto sacudido por problemas teóricos. Freeman se propuso elaborar una lista de directrices para hacer «interpretaciones cognitivas de los sueños» (ver más adelante). Estas directrices se basaban en diferentes afirmaciones hechas por Beck y otros terapeutas cognitivos tradicionales en el contexto del proceso terapéutico. En primer lugar, los terapeutas cognitivos tradicionales creían que los procesos mentales seguían una dirección de cognición-afecto. En consecuencia, el trastorno afectivo será el resultado de una cognición defectuosa. El objetivo en psicoterapia es encontrar el acceso a las cogniciones defectuosas del paciente, desafiarlas y cambiarlas, y ayudar así a los pacientes a reconocer cómo se van dando cambios emocionales a medida que el pensamiento va cambiando. Esta tarea requiere que los pacientes presten atención a sus pensamientos automáticos (que reflejan el esquema de orden superior defectuoso), para pasar a reestructurarlo, con la esperanza de producir alteraciones en las vías de acceso a los sistemas cognitivo-afectivos de orden inferior.

En segundo lugar, Beck y los racionalistas están preocupados principalmente por la representación verbal de estos procesos esquemáticos; es decir, a pesar de que Beck reconoció que las cogniciones pueden darse también bajo la forma de acontecimientos imaginativos (véase Beck 1970a), su foco principal se centraba en los pensamientos que se representaban de forma verbal. En consecuencia, su instrumental terapéutico incluía principalmente la tarea de reconstrucción de los esquemas defectuosos a partir de actividades verbales y lingüísticas: registros diarios de pensamientos, esquemas de actividades y demás.

En tercer lugar, pese a que Beck (1976) creía que la reestructuración esquemática puede darse con mayor efectividad cuando el producto afectivo del esquema se activa en el momento, su teoría de terapia no se centra en la experiencia del afecto en terapia cognitiva. Esta posición resulta coherente con su punto de vista acerca de que la cognición precede al afecto en el sistema de esquemas. Así, el foco principal de la terapia se centra en «llegar a las emociones de la persona mediante sus cogniciones. Al corregir las creencias erróneas, conseguiremos sofocar o alterar las reacciones emocionales excesivas o inapropiadas» (pág. 214).

Los nueve puntos desarrollados por Freeman para ayudar a la «interpretación cognitiva de los sueños» (Freeman, 1981, pág. 237) resultan coherentes con las tres afirmaciones que acabamos de hacer, así como con la creencia de Beck (1976) acerca de que cada trastorno afectivo (depresión, ansiedad, fobias, etc.) refleja una determinada constelación de cogniciones alteradas. Puede que si identificamos los temas particulares que el cliente manifiesta en el contenido de sus sueños y asumimos el presupuesto de que los sueños reflejan las distorsiones cognitivas del paciente durante el estado de vigilia, podamos ayudar al terapeuta a identificar la naturaleza del trastorno particular del individuo. Los puntos desarrollados por Freeman son:

- *Entender el sueño en términos temáticos, no simbólicos.*

- *El contenido debe entenderse como idiosincrásico en el soñador, y en el contexto de su vida en el estado de vigilia.*
- *Analizar qué nos dice la elección del lenguaje y de la imaginaria del sueño.*
- *Las respuestas afectivas en los sueños deben reflejarse en las respuestas afectivas que se dan en el estado de vigilia.*
- *La duración del sueño no es importante; es más importante el contenido.*
- *Los sueños son responsabilidad del soñador. Son también productos del que sueña.*
- *Los sueños son susceptibles de recibir la misma reestructuración cognitiva que los pensamientos automáticos.*
- *El material de los sueños es de utilidad cuando el paciente pierde el hilo en terapia -se recomienda usar los sueños para perfilar nuevo material de exploración; y, por último,*
- *Los sueños no deben convertirse en el único material de trabajo en las sesiones de terapia³.*

En un reciente artículo, Freeman y Boyll (1992) intentaron desarrollar este trabajo original ofreciendo «directrices racionales y específicas, así como maneras de integrar los sueños y las metáforas oníricas en el contexto más amplio de la terapia cognitivo-conductual» (pág. 165). Resumieron aquí la posición original de Beck con respecto a los sueños (contenido manifiesto, su relación con el contenido en vigilia, etc.) y sugirieron que se debería animar a los pacientes para que trajeran sus sueños a terapia, como una forma de comprender más profundamente la constelación de sus distorsiones cognitivas. Se plantearon seguir la técnica de Delaney de utilizar un diario de sueños (pág. 181) como forma de generar material proveniente de los sueños, y usar entonces técnicas cognitivas escritas (como por ejemplo, el registro de pensamientos disfuncionales), con el fin de objetivar y desafiar las presuposiciones que aparecen en los sueños.

Al igual que en el caso del último trabajo de Beck, la comprensión que ofrecen Freeman y Boyll (1992) de los sueños en el contexto de una teoría psicoterapéutica, nos proporciona escasa cantidad de información que vaya más allá de las ideas originales establecidas por Beck en sus primeros escritos sobre terapia cognitiva. La excepción aquí reside en la incorporación de una directriz número 10 para la interpretación de los sueños, referente al uso de imágenes como material metafórico: «Las imágenes, al igual que los sueños, pueden resultar de gran valor como material metafórico» (Freeman y Boyll, 1992, pág. 186). Esta nueva incorporación a las directrices para interpretar sueños pone de manifiesto que tanto Freeman como Boyll eran conscientes del reciente trabajo llevado a cabo entre los psicólogos constructivistas, en el que se pretende incorporar material visual en la terapia cognitiva. La dificultad estriba en que ellos lo hicieron sin tomar en cuenta las diferentes bases epistemológicas a partir de las que operan los psicólogos constructivistas.

Es más, el trabajo de Freeman y Boyll (1992) ilustra muy bien la tendencia de los cognitivos integradores a centrarse en la integración técnica, a costa de un acercamiento teórico. En este punto, Freeman y Boyll ayudaron a codificar más que a elaborar la experiencia de los sueños en la psicoterapia cognitiva. Ignoraron la teoría de los sueños de Beck en referencia a la teoría del funcionamiento humano (lo cual no deja de ser paradójico, dado que el artículo invierte un tiempo considerable en discutir las teorías psicoanalíticas de los sueños), aunque de ahí surge un impulso a caminar hacia un eclecticismo técnico. Este último intento por parte de los terapeutas cognitivo-racionalistas de integrar las contribuciones técnicas de los constructivistas en sus propios puntos de vista sugiere que en el futuro se debe prestar más atención a la teoría constructivista de los sueños. Teniendo en cuenta esta laguna de conocimiento teórico, este artículo se centra ahora en los últimos trabajos sobre los sueños de la terapia cognitiva, partiendo del punto de vista constructivista.

SUEÑOS Y CONSTRUCTIVISMO: UNA RENOVACIÓN A TRAVÉS DE LA TEORÍA DEL PROCESO PSICOTERAPÉUTICO

Se observa en estos últimos años un interés creciente entre los terapeutas cognitivo-constructivistas por delinear los procesos a través de los cuales pueden llegar a entenderse y manejarse los sueños y otro material ideacional en el transcurso de una psicoterapia. La presencia de los constructivistas en la terapia cognitiva es algo aún reciente (véase Clark, 1995; Mahoney, 1993, 1995; Neimeyer, 1995b), y todavía no existe dentro del movimiento una postura uniforme con respecto a los sueños. Sin embargo, mientras algunos grupos de terapeutas cognitivo-constructivistas mantienen una postura más bien ambigua con respecto a los sueños, otros grupos (especialmente los constructivistas narrativistas o los del desarrollo) están dando pasos importantes y desarrollando una teoría comprensible de los sueños partiendo de la terapia cognitiva constructivista.

Llegados a este punto, resulta instructivo delinear aquellos aspectos del pensamiento constructivista que más los distinguen del punto de vista racionalista y que entroncan directamente con el tema de los sueños (para revisiones generales del pensamiento constructivista, véase Lyddon, 1995; Mahoney, 1995; Neimeyer, 1993, 1995b)⁴. Uno de los sellos de la psicoterapia constructivista ha sido su distanciamiento uniforme de «ese *telón de fondo* que asume la existencia de una psicología *objetivista* concebida como proyecto de modernidad» (Neimeyer, 1995, pág. 12). La aspiración constructivista no es la de construir un modelo objetivo de sistemas ideacionales (como les sucede a los racionalistas) sino más bien llegar a entender la forma en la que el individuo da significado a su experiencia personal y subjetiva. En consecuencia, los constructivistas rechazan la existencia de una verdad externa y objetiva, favoreciendo en cambio la idea de verdad como algo auto-referente (Neimeyer, 1993, 1995b). El individuo es visto como un agente activo en

el proceso de producción de significado, y como tal, los productos ideacionales pasan a verse como algo íntimamente conectado a la búsqueda de significado. Se sigue, pues, que el terapeuta no está en posesión de ninguna verdad situada fuera de la experiencia del cliente (lo cual constituía una presuposición básica en el punto de vista racionalista), sino que, en cambio, debe ayudar a co-crear y co-experienciar la realidad subjetiva del cliente en el momento terapéutico.

Los constructivistas, y especialmente los narrativistas y los teóricos del desarrollo (véase Lyddon, 1995; Neimeyer, 1995a; 1995b) están además interesados en comprender y manejar estos principios y procesos organizativos y no conscientes a partir de los cuales los pacientes dan significado a sus experiencias. Los narrativistas, por ejemplo, ven la necesidad inherente de crear una *narrativa* coherente a través de la cual llegar a comprender e integrar la experiencia como uno de los principales principios organizadores del núcleo, en un nivel profundo e inconsciente. Los productos ideacionales, como las metáforas verbales (tanto en forma oral como escrita) y visuales (en forma de sueños y ensoñaciones) sirven como indicadores manejables de estos procesos organizativos (Gonçalves, 1994a, 1994b). Los constructivistas del desarrollo también consideran las metáforas y las narrativas como los productos que soportan el sistema *preverbal y analógico*, que se desarrolla ya en la primera infancia. De acuerdo con Gonçalves, «nuestras construcciones originales toman forma en períodos prelógicos e incluso preverbiales, y sólo permiten una representación analógico-narrativa» (Gonçalves, 1994a, pág. 107). El objetivo de la terapia reside en efectuar cambios profundos en el *proceso de conocimiento* analógico, metafórico, lo cual se consigue invocándolos y gestionando a continuación los productos de este sistema humano tan básico y temprano.

Resulta interesante subrayar aquí que en los años 80, cuando el campo de la terapia cognitiva constructivista estaba todavía en una fase inicial de diferenciación, los constructivistas tenían muchas más dificultades que Beck para explicar adecuadamente el papel de los sueños en la psicoterapia. Es más, puesto que los sueños empezaron a jugar ese papel terciario en el sistema de Beck, continuaron cumpliendo un rol más bien indiferenciador en los primeros sistemas constructivistas de terapia cognitiva. Por ejemplo, Beck defendía que los sueños eran los *identificadores* cognitivos más válidos; al identificar los temas particulares en el contenido manifiesto del sueño del paciente, y asumiendo el presupuesto de que los sueños reflejan las distorsiones cognitivas que el paciente tiene en su estado de vigilia, se conseguía ayudar al terapeuta a identificar la naturaleza del trastorno particular del individuo. El sistema de Beck no estaba pensado específicamente para la elicitación de sueños, ni tampoco para manejar o elaborar los sueños. La contribución de Freeman llevó a los sueños a un nivel secundario: se convertía en un objeto a desafiar y evaluar, aunque prácticamente a nivel cognitivo (más que experiencial).

Los primeros modelos constructivistas y de terapia cognitiva integradora le dieron al fenómeno del sueño un papel más bien vago de apoyo, y lo mismo hicieron

con la teoría que daba cuenta de ese fenómeno. Por ejemplo, pese a que se estaba dando un importante debate acerca de la introducción de los procesos inconscientes dentro del marco de la terapia cognitiva (como por ejemplo en Kihlstrom, 1987; Meichenbaum y Gilmore, 1984; Bowers, 1987), ninguno de los que proponían una integración de este calibre intentaron encajar el origen de los sueños en el conjunto del sistema, seguramente porque (tal y como defendió Douglas) los psicólogos dinámicos y los cognitivistas estaban en posiciones radicalmente diferentes respecto a qué significaba el *inconsciente* (Douglas, 1989; Eagle, 1987; Wachtel, 1987).

Otros, como Guidano y Liotti (1983) reconocían el valor de los datos aportados por los sueños en psicoterapia, pero ofrecían premisas teóricas más bien escasas y cuestionables en pos de esa reivindicación. Escribieron, por ejemplo:

«Durante el proceso de evaluación y terapia, por lo general no insistimos en las experiencias (los sueños recordados), pero cuando los pacientes nos los refieren de forma espontánea, y nos señalan que prefieren hablar de sus problemas partiendo de sus sueños, entonces utilizamos un procedimiento 'decodificador' que proviene en su mayor parte de la teoría cognitiva de los sueños de Hall (Hall 1953, 1959). A veces, y pese a que procedemos de una forma muy heurística, también utilizamos la analogía con los ordenadores originaria de Evans y Newman, con el fin de llegar a comprender el proceso que siguen los sueños» (Evans y Newman, 1964). (pp. 141)

El uso que hicieron Guidano y Liotti de las técnicas de Hall (1953), -derivadas de su primera teoría cognitiva de los sueños- resulta interesante dado que Hall era racionalista, mientras que Guidano y Liotti se consideran constructivistas⁵. Emery, Hollon y Bedrosian (1981, pág. 201) también llegaron a tomar conciencia de que los sueños poseen un valor clínico en la psicoterapia cognitiva, pero se distanciaron de cualquier resonancia psicoanalítica, no siendo capaces además de sugerir ninguna posición teórica alternativa.

Resulta interesante y a la vez irónico que el tratamiento más comprensivo que se le ha dado a los sueños desde la literatura constructivista haya surgido de George Kelly, cuya teoría de los constructos personales data de los años 50, con lo cual antecede (e influye) tanto a Beck como a los constructivistas. La revisión que Kelly hace de los sueños resulta importante en el contexto de la discusión que estamos realizando aquí ya que el trabajo más reciente llevado a cabo sobre los sueños desde la terapia cognitiva ha surgido de una visión constructivista bastante parecida a la teoría de los constructos personales de Kelly. En consecuencia, la teoría de los sueños propuesta por Kelly -aunque no emergió en el seno de la terapia cognitiva- sirve como importante telón de fondo en contra de lo que llegaron a proclamar estas recientes revisiones constructivistas del programa original de Beck.

Kelly tomó en consideración a los sueños no por su contenido, sino más bien por el proceso de construcción que representan. Interpretó el proceso constructivo -la construcción de significado- como un proceso humano básico a partir del cual

representamos, interpretamos, evaluamos, para entonces dar autenticidad al universo en el que funcionamos. Este proceso refleja una cierta proporción de *alternativismo constructivo* -entendido como un proceso dinámico por el que revisamos o sustituimos constantemente la naturaleza de nuestros constructos, en el momento en que no son capaces de predecir adecuada o exactamente los acontecimientos que nos rodean-. La terapia de los constructos personales de Kelly fue diseñada para identificar y, en consecuencia, ayudarnos tanto a aflojar como a rigidificar esos constructos, para que sean capaces de funcionar de manera flexible y creativa, en coherencia con la filosofía del *alternativismo constructivo* (véase Kelly 1991a, 1991b).

Para Kelly los sueños representan la forma más fluida de construir: son las formas más flexibles de construcción temática. En consecuencia, elicitar un sueño en terapia equivalía a ayudar al cliente a aflojar sus construcciones en algún momento dado de la terapia. Kelly escribió,

«Lo que nos preocupa no es tanto un sueño determinado por lo que tiene de entidad o de acontecimiento biográfico, sino más bien el grado de flexibilidad de una construcción que representa. Cuando un cliente nos trae un sueño, lo que nos interesa es lo que emerge con él, más que de qué se trata el sueño. El acto de explicar el sueño invoca su flexibilidad para construir; y eso es lo que queremos ver... El principal propósito al elicitar un constructo reside en lograr traer a terapia constructos flexibles» (1991b, pág. 335-337).

El sueño constituía un cambio creativo de un polo del constructo al otro. Y de esta forma, al explicar el sueño, el cliente iba necesariamente a empezar a flexibilizar constructos que antes eran demasiado rígidos y, en consecuencia, problemáticos desde un enfoque psicológico.

Desde el punto de vista de la temática de los sueños, Kelly defendía que en los sueños se barajan principalmente constructos preverbales. Estos constructos se formaban en la primera infancia y estaban diseñados para «construir aquellos elementos de los que el niño puede ser consciente». Más aún, en los adultos, estos constructos representan a menudo «una especie de núcleo en el sistema de construcción del cliente» (Kelly 1991a, pág. 341). Así, los sueños contienen con frecuencia material que emerge en su forma preverbal, por lo que Kelly alertó a sus terapeutas para que reconocieran que el proceso de verbalización de los sueños era una tarea difícil, tanto por la naturaleza preverbal de este material como por la flexibilidad que se requiere para trabajar con este tipo de material. Los símbolos presentes en los sueños eran únicamente representaciones de un constructo preverbal determinado en cuestión. Así, Kelly se posicionó en contra de esos terapeutas que interpretan sueños, argumentando que ese tipo de actividad constituía «por lo general un intento por parte del terapeuta de imponer su propio sistema de constructos por encima del sistema del cliente» (1991a, pág. 337).

A finales de los años 80 comenzaron a emerger ciertos elementos semejantes

a la teoría de los sueños de Kelly en la literatura de terapia cognitiva. En 1987, David Edwards fue el primero en sugerir que las técnicas gestálticas de la imaginación guiada podían resultar apropiadas y valiosas en el contexto de la terapia cognitiva. Un punto clave de su argumentación residía en que se debería poder acceder y alterar los esquemas cognitivos mediante imágenes, además de con palabras. Dio la razón a Perls al constatar el valor terapéutico de permitir «llevar a cabo un psicodrama en miniatura a partir de la imagen visual [fantasías, sueños, etc.], para poder disponer de símbolos que poder utilizar en un soliloquio, o, en ocasiones, incluso en un diálogo entre los dos» (Edwards, 1989, pág. 286). Edwards introdujo la idea de que «no es siempre posible hallar material afectivamente cargado mediante el cuestionamiento verbal. Todavía es más difícil cuando el cliente tiene un estilo fuertemente intelectualizado que le permite perpetuar una evitación cognitiva al tratar temas cargados de connotación emocional» (pág. 295). La técnica de la imaginación guiada, según la opinión de Edwards, permite la exploración de «mecanismos de memoria esquemática», que pueden ser de naturaleza más gráfica que verbal. En consecuencia, su artículo proporciona un punto de vista racional del que partir para llegar a la introducción de imágenes oníricas como productos susceptibles de ser trabajados con técnicas de la terapia cognitiva⁶.

En los últimos años, Óscar Gonçalves (Gonçalves y Craine, 1992; Gonçalves, 1994a, 1994b, 1995) ha estado revisando la teoría original de Kelly respecto a los procesos de cambio terapéutico, extendiendo la idea de que se puede acceder y alterar de una forma más adecuada las cogniciones cargadas afectivamente a partir de significados no literales, incluida la elicitación y manejo de los sueños. Gonçalves sugiere que hay dos niveles en el funcionamiento humano, que él llama el nivel «profundo/tácito/inconsciente» y el nivel «superficial/explicito/consciente» (Gonçalves y Craine, 1992, pág. 4: a remarcar la ambigüedad teórica a la hora de posicionarse frente al inconsciente). El nivel inferior de funcionamiento (correspondiente a los esquemas de Beck) es de naturaleza prelógica, ya que se desarrolla a partir de experiencias infantiles de apego y separación con los cuidadores (lo cual se corresponde con los constructos nucleares pre-verbales de Kelly). De acuerdo con Gonçalves (y de nuevo en consonancia con la teoría de Beck) este nivel más profundo de funcionamiento regula por completo el sistema cognitivo; pero a diferencia de Beck, este nivel de funcionamiento «se estructura de una forma analógica o metafórica y, en consecuencia, resiste mejor los intentos de recuperación y modificación lógico/racional» (Gonçalves y Craine, 1992, pág. 5).

No se puede, pues, acceder a este sistema no-verbal, pre-lógico pero altamente poderoso con las formas tradicionales propuestas por Beck en la terapia cognitiva. La contribución de Gonçalves estriba en haber sugerido que «dado que estos procesos tácitos están representados analógicamente, se expresan idealmente en el contenido y proceso de las metáforas del cliente, que se revelan en forma de imaginiería, fantasías, historias, sueños y el uso de lenguaje figurativo» (Gonçalves

y Craine, 1992, pág. 6). Este enfoque terapéutico revisado intenta sugerir que «se debe buscar el cambio también a través de las metáforas. El objetivo terapéutico consiste en reorientar y reorganizar las representaciones metafóricas del cliente a través de la introducción de otras metáforas alternativas» (192, pág. 6). Gonçalves no rechaza la propuesta de Beck acerca de que los procesos de cambio deban ser abordados desde un nivel semántico; pero sugiere que el foco del análisis debería estar más en el nivel profundo de las estructuras semánticas que en el nivel superficial (1992, pág. 8). En este punto ha rectificado la débil relación planteada entre lo verbal y lo semántico a la que Beck sólo aludía ligeramente en su continuum de pensamientos automáticos -> ensoñaciones -> sueños, al proponer un sistema inconsciente multi-nivel en que lo visual conduce a lo verbal.

Al igual que Edwards, Gonçalves deja el campo abierto para incorporar activamente los sueños en los procesos de cambio terapéutico. El plan terapéutico de Gonçalves incluye el aislamiento de los temas metafóricos profundos del cliente a través de los sueños, las fantasías y demás. En este punto se decanta por lo que él llama «implosionar nuevas metáforas» (1992, pág. 11): «una vez se han identificado la estructura y las dimensiones esenciales de las metáforas del cliente, el terapeuta introduce metáforas terapéuticas, como una forma de llevar al cliente hacia maneras alternativas de construir la realidad» (1992, pág. 11). Espera que siguiendo la técnica de Milton Erickson de la *metáfora fijada de forma múltiple* (1992, pág. 16-22) el terapeuta consiga, de forma gradual, introducir nuevas metáforas a nivel experiencial, y que esas nuevas metáforas acaben por fijarse en la estructura organizacional del cliente.

Pese a que Gonçalves no lo plantea de forma directa, encaja perfectamente con su paradigma el sugerir que los sueños pueden jugar un papel activo en este proceso. Los sueños de los clientes pueden usarse para comprobar si las nuevas metáforas temáticas están operando en el nivel más profundo, sugerencia que se entronca en el concepto de Kelly de sueños que marcan un hito», es decir, sueños que «marcan una transición en el sistema de construcción subyacente del cliente», y que «expresa nuevas conductas que están a punto de emerger de forma espontánea» (Kelly, 1991, pág. 339). También se podría pedir a los clientes que prestaran atención a sus sueños y que los escribieran, como una forma de aprovechar el poder generativo de metáforas de los sueños. En consonancia con el trabajo de Neimeyer referente a las narrativas generadas por los clientes (Neimeyer, 1995), el terapeuta podría proponer a los clientes seguir la pista y elaborar estas metáforas oníricas en sus propios registros diarios, además de hacerlo durante la sesión. También sería posible incorporar los sueños en la técnica de Russel y Van der Broek de las narrativas rivales (1992), así como en los guiones de terapia cognitiva de Leahy (1991).

Pese a que los sueños se han incorporado a nivel técnico a la terapia cognitiva constructivista, está claro que uno de los puntales de la teoría constructivista de los sueños reside en que reconoce su valor como experiencias vividas y afectivas. Es

más, una de las dificultades de las sugerencias hechas por Freeman y Boyll (1992) es que no consideran los sueños como una de las experiencias internas del cliente a re-explicar. Con ello, cortan prácticamente cualquier posibilidad de cambiar el *generador* de los sueños, ese escurridizo mecanismo que Beck estuvo buscando en vano en los años 60. Los sueños aparecen en forma de paquetes cognitivo-afectivos, e incluso durante el proceso de re-contarlos (y de darles significado) el cliente entra en una experiencia de corte emocional, o lo que se ha dado en llamar «cognición caliente». La clave de este mecanismo, de acuerdo con los constructivistas, está en reconocer el sueño como un acontecimiento experimentado de naturaleza metafórica y visual, y no sólo como una representación figurativa cognitiva con el afecto correspondiente, que puede ser manejado mediante desafíos puramente verbales (véase también Evans, 1988). Estas conclusiones coinciden en parte con el trabajo de Greenberg, Rice y Elliott (1993), en referencia a la importancia del proceso experiencial durante el cambio terapéutico; también sugieren que los sueños pueden continuar jugando un papel esquivo, quizás periférico, en la posición de Beck y los racionalistas, mientras éstos continúen dando prioridad a los pensamientos por encima de los afectos. Las investigaciones más recientes sobre los sueños sugieren que, de hecho, el estado afectivo de la persona en el momento de irse a dormir puede determinar la naturaleza y el recuerdo de los sueños (Robins y Tanck, 1988).

LOS SUEÑOS Y EL FUTURO DE LA TERAPIA COGNITIVA: ¿UN ACERCAMIENTO POSIBLE?

Un estudio de caso único pone de manifiesto que el mecanismo que siguen los sueños se da en el cruce de lo afectivo/ideacional, y en consecuencia puede ejercer de agente activo en el intercambio psicoterapéutico; ello se vislumbró tras estudiar las series de sueños de una paciente asistente a una psicoterapia cognitiva integradora para la depresión. En el transcurso de un período de seis meses, la paciente tuvo sueños que hacían referencia a medios de transporte: trenes, aviones, bicicletas, barcos y demás. Los temas de estos sueños tenían que ver con la pérdida de control de estos vehículos: perdía el tren, el avión estaba a punto de estrellarse, un ciclista se caía de su bici, o se veía a ella misma nadando alrededor de su barco. La cliente fue tomando abundantes notas de sus sueños, y los desarrollaba ampliamente en forma escrita fuera de la sesión. Es más, los registros escritos de los sueños la paciente y las conexiones que iba encontrando constituyeron una parte importante de los diálogos en terapia. Cada semana el terapeuta se llevaba fotocopias de los escritos de la cliente, y se los devolvía a la semana siguiente con notas a los lados que hacían referencia a temas particulares, con cuestionamientos metafóricos a las metáforas textuales, y con sugerencias escritas en los márgenes que les permitieran discusiones terapéuticas más adelante. El terapeuta animaba a menudo a la cliente a cambiar su estilo de escritura (y las metáforas que contenía), o le proponía diferentes técnicas de imaginación, para comprobar qué diferencias experienciales

producirían este tipo de construcciones.

Uno de las ventajas obtenidas con este sistema fue que la cliente conformó una carpeta más bien gruesa llena de sus elaboraciones textuales de los sueños, así como de las respuestas de su terapeuta. Esta carpeta se convirtió en un manuscrito de su historia terapéutica, un manuscrito que documentaba de forma textual la colaboración entre el terapeuta y la cliente a la hora de co-crear su experiencia terapéutica. Los sueños y los diálogos que formaban parte de este manuscrito se convirtieron en los indicadores de los cambios subyacentes; y esa colección de sueños escritos y notas referentes a estos sueños se convirtieron en un texto que la cliente consultaba, leía y evaluaba con frecuencia.

Algunos meses después de que el terapeuta y la cliente empezaran a co-experimentar estos sueños tanto en forma escrita como oral, la cliente soñó que el terapeuta la llevaba a una carrera de coches. Al entrar en el coche se dio cuenta de que había un volante en el asiento del copiloto, además del que había en el asiento del conductor. El coche se había convertido en un tándem, de tal forma que tanto el conductor como el co-piloto podían conducir el coche. La respuesta de la cliente fue, «¡qué bien que yo también puedo conducir!» La cliente comentó en la sesión que este sueño, el contenido del cual sugería que poco a poco iba ganando el control perdido con la ayuda de la terapia («en el asiento del conductor»), estaba jugando un papel central de pivote experiencial en el cambio psicoterapéutico. Resulta interesante señalar que, según su relato, el punto de cambio se dio fuera de la sesión de terapia, mientras la cliente escribía el sueño. Es más, la elaboración del sueño ponía de manifiesto, por vez primera, la importancia de la metáfora «sentarse en el asiento del conductor», con respecto a su forma general de construir el mundo. La sesión de terapia siguiente se utilizó para elaborar y experimentar más los efectos de esta metáfora con respecto a la terapia y a su experiencia de crecimiento personal.

La evidencia obtenida tras este estudio de caso único resulta de utilidad en la medida en que sirve al menos de apoyo preliminar a la hora de hallarle valor técnico a elicitar y seguir la pista de los sueños partiendo de una terapia cognitiva textual, metafórica y narrativa, y sirve también para apoyar la dirección que parecen haber tomado Neimeyer y otros narrativistas en su estudio de las narrativas generadas por los clientes. El desafío más difícil para la terapia cognitiva constructivista en un futuro será, en mi opinión, el poder ofrecer modelos teóricos y clínicos más comprensibles en cuanto al mecanismo *generador* de los sueños. Puesto que la teoría de los sueños de Beck se había metido en dificultades, dada su naturaleza dinámica (por ejemplo, qué es lo que los conduce), el modelo constructivista también tuvo que cargar con el dilema de tener que responder a las preguntas de cómo y por qué los sueños pasan a un plano principal. Una cosa es decir que los sueños son productos del nivel profundo, un sistema de conocimiento narrativo que funciona según un modelo analógico/preverbal; y otra cosa es entender cómo y por qué funciona este sistema de manera que lleve a los sueños a un lugar preponderante. En último

término, el modelo cognitivo constructivista (especialmente el de Gonçalves) se fortalecerá y se hará más comprensible en la medida en que se vayan incorporando futuros interrogantes teóricos y clínicos dentro del mecanismo generador de los productos ideacionales pre-verbales.

Las investigaciones futuras pueden inclinarse por conectar estas contribuciones teóricas con el trabajo que la psicología cognitiva pueda hacer con respecto al fenómeno de los sueños (Haskell 1986a; Hunt 1986), y con la naturaleza gramatical y constructiva de los sueños (Foulkes 1985; Haskell, 1986b; Seligman y Yellen, 1987). Una de las dificultades con las que se van a hallar ante este propósito va a ser el conseguir reconciliar la epistemología constructivista, que es nomotética y subjetiva, con la epistemología más objetivista inherente a la mayoría de la investigación dominante en la psicología cognitiva⁷. En todo caso, el hecho de que tanto los psicólogos cognitivos como los cognitivo-constructivistas estén dando tanta relevancia a la naturaleza constructiva de los sueños y al hacerlo, le estén prestando atención a su valor experiencial, sugiere que ambos grupos obtendrán beneficios teóricos de ello.

Me gustaría terminar esta revisión con el comentario de que los sueños ejercen de excelente barómetro para el alcance y la coherencia de cualquier teoría de psicoterapia. Tanto Freud, como Beck en sus primeros años y los constructivistas han tomado el fenómeno de los sueños y de otros productos ideacionales como puntos de expansión teórica. El grado con el que una teoría puede responder a temas como el de los sueños o el de soñar tanto desde su teoría del funcionamiento humano como desde la de los procesos de cambio terapéutico refleja también el grado en que esa teoría puede responder ante otros sistemas, procesos y procesos de cambio. Teniendo en cuenta este punto, pues, se garantizan desde el enfoque constructivista la creación de nuevos focos de atención teóricos centrados en el fenómeno de los sueños.

Desde el punto de vista clínico, el potencial para el crecimiento terapéutico en terapia cognitiva mediante la invocación y la exploración de las experiencias con los sueños acabará yendo más allá de la propia reestructuración cognitiva. En el caso de los clientes con dificultades para establecer una relación colaborativa y de confianza con el terapeuta, la posibilidad de revivir la experiencia de sus sueños en presencia del terapeuta puede abrir una puerta para el desarrollo de esa confianza, de una forma mucho más rápida y profunda. Más aún, dar entrada a los sueños como otra posible forma de diálogo entre terapeuta y cliente (que también entronca profundamente con el propósito cognitivo/constructivista, además de hacerlo con diligencia) puede proporcionar al cliente una agenda con diversas alternativas para sacar temas a discusión, temas que de otra manera le hubiera resultado difícil, doloroso o embarazoso sacar. Para acabar, y en la línea del trabajo de Gonçalves con las metáforas, seguir el sueño de un cliente a lo largo del tiempo en la sesión de terapia puede llegar a constituir una forma única y valiosa de evaluar el grado con

el que la reestructuración cognitiva altera la manera que tiene el cliente de experimentar el mundo. En resumen, cualquier introducción formal de los sueños en el marco teórico de la terapia cognitiva tal y como la conciben los constructivistas no puede únicamente proporcionar instrumentos al terapeuta para llegar a un cambio terapéutico, sino que tiene también que poder ofrecer al cliente herramientas prácticas y poderosas para avanzar en su camino de colaboración.

El presente artículo examina la ya antigua, aunque a veces tenue, relación existente entre el fenómeno del sueño y la tradición de la terapia cognitiva. Señala el hecho de que A.T. Beck partió del enfoque psicoanalítico del sueño como plataforma de lanzamiento desde la cual organizar los cimientos de su nueva teoría cognitiva, pero se encontró con dificultades tanto a nivel teórico como práctico, lo cual le restó atractivo a la posibilidad de continuar con ulteriores exploraciones del fenómeno del sueño en el marco del floreciente movimiento de terapia cognitiva. Sin embargo, las recientes aproximaciones a la terapia cognitiva realizadas por los constructivistas ofrecen diversas soluciones a algunos de los dilemas teóricos planteados por A.T. Beck, con lo que están abriendo nuevas vías de exploración del fenómeno del sueño tanto a nivel teórico, como experimental y clínico, dentro del contexto de la terapia cognitivo-constructivista.

Palabras clave: sueños, terapia cognitiva, constructivismo, psicoanálisis.

Nota Editorial:

Este artículo apareció con el título «Cognitive therapy, constructivism and dreams: A critical review» en el *Journal of Constructivist Psychology*, 10, 3: 249-273. Taylor & Francis, 1997. Agradecemos el permiso para su publicación.

Referencias bibliográficas:

- ALFORD, B. A., & NORCROSS, J.C (1991). Cognitive therapy as integrative therapy. *Journal of Psychotherapy Integration* 1 (3), 175-190.
- BECK, A. T. (1963). Thinking and depression I. Idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of General Psychiatry*, 2, 324-333.
- BECK, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- BECK, A. T. (1970a). Cognitive Therapy: Nature and relation to behavior therapy. *Behavior Therapy*, 1, 184-200.
- BECK, A. T. (1970b). Role of fantasies in psychotherapy and psychopathology. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 150 (1), 3-17.
- BECK, A. T. (1971a). Cognition, affect, and psychopathology. *Archives of General Psychiatry*, 24, 495-500.
- BECK, A. T. (1971b). Cognitive patterns in dreams and daydreams. En J. H. Masserman (De.), *Dream dynamics: Science and psychoanalysis*, Vol. 19. *Scientific proceedings of the American Academy of Psychoanalysis*. New York: Grune & Stratton.
- BECK, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- BECK, A. T. (1991). Cognitive therapy as the integrative therapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 1 (3), 191-205.

- BECK, A. T. (1993). Cognitive therapy: Past, present and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 61 (2), 194-198.
- BECK, A. T., & HURVICH, M. A. (1959). Psychological correlates of depression I. Frequency of «masochistic» dream content in a private practice sample. *Psychosomatic Medicine* 21 (1), 50-55.
- BECK, A. T., & WARD, C. H. (1961). Dreams and depressed patients: Characteristic themes in manifest content. *Archives of General Psychiatry*, 5, 462-467.
- BECK, A. T., WARD, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- BECK, A. T., & WEISHAAR, M. E. (1989). Cognitive therapy. En A. Freeman, K. M. Simon, L. E. Beutler & H. Arkowitz (Eds.), *Comprehensive handbook of cognitive therapy* (pp. 21-36). New York: Plenum Press.
- BOWERS, K. S. (1987). Revisioning the unconscious. *Canadian Psychology*. 28 (2), 93-104.
- BUCCI, W. (1985). Dual coding: A cognitive model for psychoanalytic research. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 33, 571-607.
- CLARK, B. A. (1995). Perceived limitations of standard cognitive therapy: A consideration of efforts to revise Beck's theory and therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 9 (3), 153-172.
- DOUGLAS, A. R. (1989). The limits of cognitive-behaviour therapy: Can it be integrated with psychodynamic therapy? *British Journal of Psychotherapy*, 5 (3), 390-401.
- EAGLE, M. (1987). Revisioning the unconscious. *Canadian Psychology*, 28 (2), 113-116.
- EDWARDS, D. J. A. (1989). Cognitive restructuring through guided imagery: Lessons from Gestalt therapy. En A. Freeman, K. M. Simon, L. E. Beutler & H. Arkowitz (Eds.), *Comprehensive handbook of cognitive therapy* (pp. 283-297). New York: Plenum Press.
- ELLIS, A. (1987). The history of cognition in psychotherapy. En A. Freeman, K. M. Simon, L.E. Beutler & H. Arkowitz (Eds.), *Comprehensive handbook of cognitive therapy* (pp. 5-19).
- ELLIS, A. (1988). Are there «rationalist» and «behaviorist» camps of the cognitive therapies? A response to Michael Mahoney. *Cognitive Behaviorist*, 10 (2), 13-17.
- ELLIS, A. (1989). Rational-Emotive therapy. En R.J. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current psychoterapies* (pp. 197-240). Itasca, IL: F.E. Peacock.
- EMERY, G. HOLLON, S. D., & BEDROSIAN, R. C. (1981). *New directions in cognitive therapy*. New York y London: Guilford Press.
- EVANS, M. B. (1988). The role of metaphor in psychotherapy and personality change: A theoretical reformulation. *Psychotherapy*, 25, 543-551.
- FOULKES, W. D. (1985). *Dreaming: A cognitive-psychological analysis*. New Jersey: L. Erlbaum Associates.
- FREEMAN, A. (1981). Dreams and images in cognitive therapy. En G. Emery, S. D. Hollon & R. C. Bedrosian (Eds.), *New directions in cognitive therapy* (pp. 224-238). New York & London: Guilford Press.
- FREEMAN, A., & BOYLL, S. (1992). The use of dreams and the dream metaphor in cognitive-behavior therapy. *Psychotherapy in Private Practice*, 4, 173-192.
- GONÇALVES, O. F. (1994a). Cognitive narrative psychotherapy: The hermeneutic construction of alternative meanings. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 8 (2), 105-125.
- GONÇALVES, O. F. (1994b). From epistemological truth to existential meaning in cognitive narrative psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 7, 107-118.
- GONÇALVES, O. F. (1995). Hermeneutics, constructivism and cognitive-behavioral therapies: from the object to the project. En R.A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Eds.), *Constructivism in psychotherapy* (pp. 195-230). Washington, DC: American Psychological Association.
- GONÇALVES, O. F., & CRAINE, M. H. (1992). *The use of metaphors in cognitive therapy*. Manuscrito no publicado.
- GREENBERG, L. S., RICE, L. N., & ELLIOTT, R. (1993). *Facilitating emotional change: The moment-by-moment process*. New York & London: Guilford Press.
- GUIDANO, V. F., & LIOTTI, G. (1983). *Cognitive processes and emotional disorders*. New York & London: Guilford Press.
- HALL, C. S. (1953). A cognitive theory of dreams. *Journal of Genetic Psychology*, 49, 273-282.
- HASKELL, R. E. (1986a). Cognitive Psychology and dream research: Historical, conceptual and epistemological considerations. *The Journal of Mind and Behavior* 7 (2), 131-159.
- HASKELL, R. E. (1986b). Logical Structure and the cognitive psychology of dreaming. *The Journal of Mind and Behavior* 7 (3) 345-378.
- HUNT, H. T. (1986). Some relations between the cognitive psychology of dreams and dream phenomenology. *The Journal of Mind and Behavior*, 7 (2), 213-228.

- KELLY, G. A. (1991a). *The psychology of personal constructs: Volume one -A theory of personality*. London & New York: Routledge.
- KELLY, G. A. (1991b). *The psychology of personal constructs: Volume two -Clinical diagnosis and psychotherapy*. London & New York: Routledge.
- KIHLSTROM, J. F. (1987). The cognitive unconscious. *Science*, 237, 1445-1452.
- LEAHY, R. L. (1991). Scripts in cognitive therapy: The systemic perspective. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 5, 291-304.
- LYDDON, W. J. (1995). Forms and facts of constructivism. En R. A. Neimeyer y M. J. Mahoney (Eds.), *Constructivism in psychotherapy* (pp. 69-92). Washington DC: American Psychological Association.
- MAHONEY, M. J. (1993). Introduction to special section: Theoretical development in the cognitive psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (2) 187-193.
- MAHONEY, M. J. (1995). Continuing evolution of the cognitive science and psychotherapies. En R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Eds.), *Constructivism in psychotherapy*. Washington DC: American Psychological Association.
- MEICHENBAUM, D., & GILMORE, J. B. (1984). The nature of unconscious processes: A cognitive-behavioral perspective. En K.S. Bowers & D. Meichenbaum (Eds.), *The unconscious reconsidered* (pp. 273-298): New York: Wiley.
- NEIMEYER, R. A. (1993). An appraisal of constructivist psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (2), 221-234.
- NEIMEYER, R. A. (1995a). Client generated narratives in psychotherapy. En R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Eds.), *Constructivism in psychotherapy* (pp. 231-246). Washington DC: American Psychological Association.
- NEIMEYER, R. A. (1995b). Constructivist psychotherapies: Features, foundations and future directions. En R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Eds.), *Constructivism in psychotherapy* (pp. 11-38). Washington DC: American Psychological Association.
- O'HARA, M. (1994, Agosto). *Is it time to deconstruct constructivism?* Conferencia presentada en la 102ª convención anual de la Asociación Americana de Psicología, Los Angeles, California.
- POWER, M. J. (1989). Cognitive therapy: An outline of theory, practice and problems. *British Journal of Psychotherapy*, 5 (4), 544-563.
- ROBBINS, P.R., & TANCK, R.H. (1988). Depressed mood, dream recall and contentless dreams. *Imagination, Cognition and Personality*, 8 (2), 165-174.
- RUSSELL, R. L., & VANDER BROEK, P. (1992). Changing narrative schemas in psychotherapy. *Psychotherapy*, 29 (3), 344-354.
- SAUL, L. J. (1960). *Emotional maturity. The development and dynamics of personality*. Philadelphia & Montreal: Lippincott.
- SAUL, L. J., & SHEPPARD, E. (1956). An attempt to quantify emotional forces using manifest dreams —a preliminary study. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 4, 486-502.
- SELIGMAN, M. E. P. & YELLEN, A. (1987). What is dream? *Behavioral Research and Therapy*, 25 (2), 1-24.
- WACHTEL, P.L. (1987). "The unconscious" and unconscious processes. *Canadian Psychology*, 28 (2), 107-108.
- WARD, C. H., BECK, A.T., & RASCOE, E (1961). Typical dreams: Incidence among psychiatric patients. *Archives of General Psychiatry*, 5, 606-615.

Notas:

- ¹ Beck no hizo abiertamente esta distinción. Doy por sentado aquí que todas las teorías psicoterapéuticas reflejan ambas categorías, y que esta distinción resulta valiosa a la hora de esclarecer los cimientos teóricos de la teoría de los sueños de Beck.
- ² Originalmente, Beck (1967) defendió que la teoría de la depresión no era funcional, es decir, "que no atribuía ningún propósito a los síntomas" (pág. 253). Es más, en su comunicación de 1971 sobre los sueños, seguía en su postura defendiendo especialmente que su teoría de los sueños constituía una alternativa al «dictum» de Freud, según el cual los sueños ejercían de guardianes del sueño, o eran satisfacciones del deseo (Beck 1971b, pág. 7). Es decir, la teoría cognitiva de los sueños era

única debido a su rechazo ver los sueños como algo funcional. Pero Beck y Weishar (1989) tomaron un enfoque particularmente funcional en psicopatología, cuando sugirieron que “el organismo necesita procesar información de una forma adaptativa si quiere sobrevivir. Si no utilizamos un aparato funcional para tomar en cuenta los datos relevantes y que consiga sintetizarlos... pronto seremos aniquilados o nos moriremos de hambre” (pág. 22). Sugerían que los procesos cognitivos cumplieran la función de proteger la supervivencia y la reproducción.

- ³ Freeman trazó estas directrices tras un rastreo de la literatura referente a este tema que resultó ser más bien escasa; es más, en un reciente artículo con Suzanne Boyll (Freeman y Boyll, 1992, pág. 176) confiesa que le fue difícil encontrar alguna referencia a los sueños, al fenómeno de soñar o al uso de los sueños en el proceso terapéutico en su lista de textos de la literatura conductual-cognitiva. Freeman se vio obligado a confiar en las primeras publicaciones de Beck (págs. 176-178) como base a partir de la cual reexaminar el valor clínico de los sueños en la terapia cognitiva.
- ⁴ Es más, sólo en estos últimos años se ha detectado la fisura de la terapia cognitiva en dos campos diferentes (véase Ellis 1988; Mahoney, 1995); y debe decirse que las posiciones teóricas y epistemológicas que separan estos campos no están siempre claras.
- ⁵ Este enfoque, que podría ser considerado como “cajón de sastre”, se encuentra en la línea de Beck, según el cual la terapia cognitiva es *la* terapia integradora, precisamente porque es capaz de adaptarse a cada situación clínica, tomando prestados aspectos de otros sistemas (Beck, 1991). Sin embargo, una de las críticas hechas a este enfoque, y que puede aplicarse también a Guidano y Liotti, es que pese a que se hallan abiertos a otros puntos de vista teóricos, su propósito estriba únicamente en legitimizar recursos para el uso clínico, y no para crear teorías (Alford y Norcross, 1991, pág. 181). En todo caso, es interesante remarcar que George Kelly le otorgó un papel importante a la teoría cognitiva de los sueños de Hall
- ⁶ El modelo de código dual (*dual-code*) de Wilma Bucci (1985), que sugiere separar las esferas verbales y figurativas del procesamiento, nos pondría sobre aviso de ciertas dificultades teóricas que se dan en este enfoque. Para Bucci, el proceso consistente en transformar un imagen interna en palabras cambia necesariamente su naturaleza. Pese a que ello puede reportar efectos positivos para la terapia, el proceso de cambio incluiría reestructurar a nivel lingüístico lo que se diseñó a nivel figurativo. Para Edwards, el proceso de cambio implicaría reestructurar una formulación ya existente.
- ⁷ Véase O'Hara (1994) para una discusión más detallada sobre las limitaciones de la epistemología constructivista tanto en estudios psicológicos como psicoterapéuticos.

EL TRABAJO TERAPÉUTICO CON SUEÑOS: UNA APROXIMACIÓN ADLERIANA-CONSTRUCTIVISTA

Ursula E. Oberst

Facultat de Psicologia i Ciències de l'Educació Blanquerna Universitat Ramon Llull
C/ Císter, 24-34, 08022 Barcelona

In this article a brief synthesis of Adlerian Psychology is presented, showing some constructivist aspects in it and underlaying the possibility of an integrative way to interpret dreams and to work with them in psychotherapy from an adlerian/constructivistic point of view.

INTRODUCCIÓN

Alfred Adler (1870-1937), el fundador de la Psicología Individual (o Psicología Adleriana), es poco conocido en España y muchas veces sólo como disidente del psicoanálisis clásico de Freud. Generalmente se considera la Psicología Individual como una de las tres psicologías «profundas» (junto con las de Freud y de Jung), pero en muchas publicaciones aparece también como enfoque humanista (Mosak, 1989; Dreyfus y Nikelly, 1979) o cognitivo (Shulman, 1985; Dinkmeyer y Dinkmeyer, 1988; Sperry, 1997; Freeman y Urschel, 1997). En la última década han aparecido publicaciones que consideran la Psicología Adleriana una teoría constructivista o un precursor del constructivismo en psicoterapia (Master, 1991; Jones, 1995; Scott, F.D. Kelly y Tolbert, 1995; Shulman y Watts, 1997; Jones y Lyddon, 1997; Oberst, en prensa). Para una exposición más detallada de la Psicología Individual en español se recomienda Titze (1983), Dinkmeyer y Dinkmeyer (1988), Oberst (1998a) o la reedición de una obra original de Adler (1912/1993).

LA PSICOLOGÍA ADLERIANA

Adler empezó su trabajo como psicoterapeuta en 1902 en el seno del psicoanálisis como colaborador de Freud, pero se desmarcó pronto de éste al disentir de muchas ideas freudianas, como de la noción de la idea del origen sexual de la

neurosis o de que siempre tiene que haber un trauma en la infancia, una experiencia o impulso reprimido que acaba en trastorno. Con el desarrollo de sus ideas, Adler se movía hacia una visión más humanista, cognitiva y constructivista y a la vez más social de la persona y de sus problemas psicológicos: Por un lado, Adler concibe al ser humano de forma holística, como una unidad y no dividido en instancias o en consciente y subconsciente como lo hacía Freud—de ahí la denominación Psicología Individual (del latín *in-dividuus*)—, y por otro lado lo contempla siempre dentro de y respecto a su entorno: las emociones, actitudes, acciones y pensamientos no se evalúan desde la persona misma, sino siempre en su contexto social: la comunidad.

CONCEPCIÓN DEL SER HUMANO

Mientras Freud, con su concepción orientada a la biología y a la medicina, acepta tácitamente un positivismo mecanicista y reduccionista e intenta dar explicaciones empiristas-causales, buscando acontecimientos y causas objetivas en el pasado de la persona, Adler se aleja de esta idea manifestando que la persona está guiada por una **fuerza creativa** inherente, **ficciones** y **finalidades**: Adler adapta la noción de ficción de la obra del filósofo alemán Hans Vaihinger, quien con su «*Philosophie des Als Ob*» de 1911 fundamentó una forma alemana del Pragmatismo. Las ficciones son, según Vaihinger (1911/1965), ideas y creaciones psíquicas del individuo que no tienen una correspondencia en la realidad, pero que cumplen una función sumamente útil al capacitarlo para tratar mejor con su entorno. Se suelen citar como ejemplo los meridianos geográficos que no existen en la realidad pero que tienen una gran utilidad en la vida diaria. Una ficción se puede tomar como fundamento y como línea directriz para las actuaciones, aunque su verdad sea dudosa: Podemos actuar «como si» en la tierra existiesen los meridianos y «como si» nuestras construcciones idiosincrásicas de la realidad fuesen verdad. Aunque no haya correspondencia con la realidad, Vaihinger, como Pragmatista, distingue ficciones más o menos útiles, en el sentido de validez para orientarnos en el mundo. Para Vaihinger, este mundo del «como si», este mundo irreal, es tan importante como el mundo llamado real, y quizás más importante en los ámbitos de ética y estética. En este sentido, la «verdad» no existe: según Vaihinger (y Adler adopta esta idea), lo que llamamos verdad sólo es la ficción más útil o el grado más pragmático del error, y el error el grado menos pragmático de la ficción.

Adler lleva esta idea de las ficciones al ámbito de la psicología humana: el ser humano se construye ficciones, maneras idiosincrásicas de percibirse a sí mismo y al mundo, que le son necesarias para orientarse en su entorno, para guiar sus sentimientos y actitudes, para planificar y llevar a cabo sus actos. Pero sus ficciones pueden ser mejores o peores, más o menos útiles (o adaptativas, como diríamos hoy). Adler distingue entre ficciones, en las cuales el error es grande y ficciones donde es pequeño: «Grandes errores pueden provocar neurosis; pequeños, en cambio, una personalidad casi normal» (citado en Ansbacher y Ansbacher, 1975).

El concepto de ficción está muy relacionado con el de la finalidad, la noción de que la persona persigue objetivos, metas y fines. Con el concepto de finalidad, Adler rechaza el determinismo y el principio de causalidad como explicación de fenómenos psíquicos. Para él, la pregunta más importante para entender la mente del ser humano no es «de dónde», sino «a dónde», no «por qué» sino «para qué». Esta visión teleológica del ser humano, que comparten también las teorías constructivistas (Mahoney, 1991), ha llevado a algunos sucesores de Adler a reivindicar el cambio de nombre de Psicología Individual en «Teleoanálisis» (Titze, 1983). En la Psicoterapia Adleriana, se usa este principio teleológico para analizar la función de un determinado síntoma en el conjunto de las ficciones del paciente. Saber qué objetivo (en general inconsciente) persigue el paciente con su sintomatología, sobre todo cuando se trata de trastornos psicosomáticos, es un elemento clave para su solución.

Adler distingue entre fines más o menos «útiles». Pero según él, un determinado objetivo sólo es útil, cuando contribuye al bien de la comunidad, y no cuando es útil exclusivamente para la mayor gloria del individuo. Con esto, Adler se aleja de la idea puramente pragmatista de las ficciones al imponer un criterio ético a la finalidad de la persona (Serrano, 1991; Oberst, 1998b).

El sentimiento de comunidad: Bajo el concepto de sentimiento de comunidad o sentimiento social (*Gemeinschaftsgefühl*) se entiende que la persona es un ser social, y la manera de interactuar con los demás es de suma importancia. El sentimiento de comunidad es una posibilidad innata que se tiene que despertar y desarrollar en la infancia mediante la interacción con las demás personas (en primer lugar con la madre). Tener sentimiento de comunidad significa, para Adler, sentirse parte de la comunidad humana, sentirse incluido y perteneciente, tener el deseo de contribuir al bien común. Significa sentirse aceptado y apreciado, sentirse igual a los demás (de igual valor, equivalente), pero también sentir que la superación de las inclemencias de la vida no pasa por la búsqueda de un beneficio personal e individual, sino por la colaboración y la contribución al bienestar de todos. El sentimiento de comunidad es una noción esencialmente humanista y en la visión de Adler, el grado de sentimiento social que posee un individuo determina su adaptación a la comunidad y su salud mental.

El Estilo de Vida: Entender a una persona significa entender su organización cognitiva, su Estilo de Vida (*Lebensstil*). El Estilo de Vida se forma en la primera infancia de la persona a través de sus experiencias, pero más todavía a través de sus respuestas creativas a estas experiencias; en el Estilo de Vida quedan reflejadas las ficciones que ayudan al individuo a organizar, entender, predecir y controlar su experiencia mediante la «apercepciones tendenciosas», el modo particular de cada persona de percibir el mundo y a sí mismo. Adler no niega la influencia de la genética y del entorno en la persona, pero advierte que es de mayor importancia la respuesta creativa personal de cada individuo a estos factores; las experiencias pueden

restringir las posibles respuestas, pero nunca determinar su forma de pensar y sentir. Por eso Adler resta importancia a una explicación causal de la conducta, dando énfasis a las «causas finales», los objetivos, los fines que persigue una persona, conscientemente o inconscientemente (i.e. dándose cuenta de estos objetivos o no), y si queremos entender la conducta de una persona tenemos que entender a que fines aspira. Ahora bien, si estos propósitos son guiados por un sentimiento de comunidad y «orientados a tareas» (*sachlich*), Adler habla de un individuo psíquicamente sano; el individuo «neurótico» (o maladaptado) tiene objetivos egocéntricos.

2. CONCEPCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y DEL TRASTORNO PSICOLÓGICO

Adler considera como ficción básica de todo ser humano la de pertenecer a la comunidad, a su familia, a su grupo; quiere ser apreciado, ser amado (sentimiento de comunidad). Sin embargo, puede haber circunstancias que impiden el desarrollo de este sentimiento de comunidad, y Adler lo expresa en su concepto de sentimiento de inferioridad. Este sentimiento de inferioridad siempre es subjetivo (una ficción personal, ya que evidentemente, en la visión humanista de Adler, ningún ser humano puede ser realmente inferior) y es experimentado por la persona siempre con respecto a los demás. Los factores que pueden contribuir al desarrollo de un sentimiento («complejo») de inferioridad en el niño son a) la condición biológica inferior de la especie humana en general, b) la existencia de una «minusvalía de órgano» (hoy se diría disminución o discapacidad) o problemas de salud, c) un estilo educativo erróneo por parte de sus padres (demasiado autoritario o demasiado consentido), y d) la «toma de postura» del niño (su actitud y respuesta individual) respecto a estos factores.

El individuo puede intentar compensar este difícilmente soportable sentimiento de inferioridad o bien mediante esfuerzos «útiles» (que contribuyen al bienestar de los demás, de la comunidad humana en general), lo que Adler llama afán de superación, o bien mediante esfuerzos «inútiles» o egoístas, llamado sobrecompensación, que llevan a un afán de superioridad (o afán de poder). Así que el famoso afán de poder adleriano no es una fuerza impulsora de todo ser humano como la libido freudiana, sino la forma errónea e incluso patológica de (sobre-) compensar un sentimiento de inferioridad dolorosamente percibido. Cabe destacar que, en la visión de Adler, cualquier síntoma, trastorno o problema psicológico es una particular manifestación del afán de superioridad (con un sentimiento de inferioridad en el fondo). Por mucho que sufra el individuo de su trastorno, la «neurosis» siempre consiste en una forma particular de intentar no sentirse tan inferior, y Adler considera la neurosis incluso una forma de coartada para no cumplir con su cometido como ser humano: el de contribuir al bien común. Sin embargo, hay que insistir en que Adler no considera estas «maniobras neuróticas» de eludir responsabilidades una acción consciente del individuo; se trata de aspectos de la vida psíquica de la

persona que se desarrollan de manera tácita y fuera de su acceso consciente. De esta visión se deriva también la concepción adleriana de salud mental: Una persona psíquicamente equilibrada posee un alto grado de sentimiento de comunidad.

3. CAMBIO TERAPÉUTICO Y TÉCNICAS TERAPÉUTICAS PRINCIPALES

Teniendo en cuenta las consideraciones antes comentadas, el cambio terapéutico consiste principalmente en facilitarle al cliente una comprensión de sus objetivos poco adaptativos y elaborar, junto con él, ficciones y objetivos más «útiles». Para comprender mejor al cliente, en las primeras sesiones habitualmente se hace un «Análisis del Estilo de Vida», en el cual se procura una interpretación hermenéutica conjunta (entre terapeuta y cliente) de los recuerdos de la primera infancia, para conocer las ficciones básicas del paciente, su forma de percibirse a sí mismo y a su entorno tanto como sus fines más importantes. De esta manera se intenta que el paciente comprenda por una parte las circunstancias que pueden haber contribuido a su problema actual, y por otra su toma de postura personal hacia estas circunstancias y su particular manera de sobrecompensar su sentimiento de inferioridad mediante el problema o síntoma. Luego se trata de re-evaluar esta toma de postura mediante el diálogo socrático y el «método conspirativo». Una técnica básica es también la de «dar ánimos» (*encouragement, Ermutigung*). De esta manera, el terapeuta intenta infundir autoestima en el cliente y convencerle de su propio valor humano; hacerle ver por un lado las consecuencias de sus ficciones no adaptativas y por otro mostrarle que es capaz de superar los obstáculos de una manera más eficaz. Se le anima a buscar soluciones más «útiles» (más acordes con el sentimiento de comunidad). Aparte de estas técnicas, que son más bien actitudes terapéuticas, se puede aplicar una variedad de técnicas habitualmente utilizadas en otros enfoques terapéuticos, siempre que sirvan para el objetivo principal de la terapia adleriana: vencer el sentimiento de inferioridad y desarrollar más sentimiento de comunidad. Igual que las terapias constructivistas, la terapia adleriana es teóricamente consistente y técnicamente ecléctica.

LA PSICOLOGÍA ADLERIANA COMO TEORÍA CONSTRUCTIVISTA

La mayoría de los autores que comparan la PA con el constructivismo en psicología y psicoterapia coinciden en que existen muchos paralelismos entre estos enfoques, sobre todo respecto a sus raíces filosóficas y su visión del ser humano como creativo, proactivo y co-creador de sus circunstancias (Master, 1991; Jones, 1995; Scott, F.D. Kelly y Tolbert). Otros autores (Shulman y Watts, 1997; Jones y Lyddon, 1997) destacan que ambas teorías tienen una visión similar de procesos inconscientes o tácitos; según ellos, el concepto de Estilo de Vida adleriano es sinónimo de las nociones constructivistas de constructo personal o sistema de constructos nucleares. Respecto a la psicoterapia, ambas formas ponen énfasis en

la relación terapeuta-cliente (empatía y colaboración) y tienen una noción similar del fenómeno de la «resistencia» del cliente y renuncian a una etiqueta diagnóstica a favor a una visión más de proceso. En otra revisión (Oberst, en prensa), se utiliza un consenso metateórico de lo que se considera constructivismo en psicoterapia (Botella y Feixas, 1998) y se llega a la conclusión de que la PA es una teoría constructivista respecto a los criterios de: a) visión del ser humano (proactivo, propositivo, productor de su entorno y de sí mismo en vez de pasivo, reactivo y determinado por las circunstancias), b) visión del mundo (contextualista y organicista en vez de mecanicista y determinista), c) visión del conocimiento (alternativismo constructivo en vez de fragmentalismo acumulativo) y d) visión de la justificación (valor pragmático o de uso en vez de verdad absoluta).

No obstante, queda un concepto adleriano discutible respecto a su significado constructivista, el del sentimiento de comunidad. Si tenemos en cuenta, que el constructivismo mantiene como postulado básico la idea que la realidad es una construcción mental del observador y que no puede haber una representación «correcta» de ella y ninguna «verdad» absoluta (para una revisión del constructivismo como postura epistemológica, véase p.ej. Feixas y Villegas, 1993), con la noción del sentimiento de comunidad la PA parece caer a primera vista en lo que Mahoney y Gabriel (1987) llaman terapia «racionalista». Incluso se le ha criticado Adler de profesar la adaptación conformista incondicional del individuo a los valores y normas del sistema social imperante, por equiparar salud mental con conformismo (Stepanski, 1983). Esta idea es rechazada por Serrano (1991), quien mantiene precisamente la postura contraria: la Psicología Adleriana es un modelo que subraya la crítica social y el inconformismo individual respecto al sistema vigente, ya que ve al hombre como creador de la estructura y de los mecanismos sociales, no como un producto pasivo de ellos.

Además, como constata Master (1991), cuando descubrimos estos errores en el estilo de vida del paciente, no hemos descubierto «la verdad». Simplemente hemos construido una forma de entender los problemas del cliente en un contexto social; después podemos co-crear con él otras «ficciones» que le ayudan a interactuar mejor con su entorno. Estas ficciones alternativas también se ponen a prueba en la vida real del paciente por su viabilidad, y es el cliente que tiene que aceptar tanto la interpretación de «cognición errónea» como la funcionalidad de la construcción alternativa. En este sentido, el sentimiento de comunidad también se puede considerar una ficción, quizás la más pragmática. Además, el significado del sentimiento de comunidad puede variar de sociedad en sociedad y se pueden encontrar «continuamente nuevas versiones» (Adler, citado en Ansbacher y Ansbacher, 1975, p.154) a lo largo de los tiempos, no es un valor eterno e inamovible; está sujeto a cambios y se forma y se modifica en la interacción social.

En otras palabras, el sentimiento de comunidad es una construcción social sujeta a cambios permanentes. Interpretado el concepto en este sentido, se puede

afirmar que Adler no postula un criterio de verdad absoluto, sino un consenso social que tiene su valor pragmático de orientación para el ser humano. Aquí podemos encontrar una aproximación de las ideas adlerianas al construccionismo social de Gergen (1996) que pone énfasis en el papel de los procesos sociales para la construcción del significado: el conocimiento no emerge ni dentro ni fuera del individuo, sino entre las personas que interactúan, comparten y constantemente negocian los significados (Oberst, 1998a, Oberst, en prensa).

LA INTERPRETACIÓN DE LOS SUEÑOS EN LA TERAPIA ADLERIANA

Una de las técnicas utilizadas en la terapia adleriana es la «interpretación» de los sueños del cliente. Ponemos aquí «interpretación» entre comillas, para destacar, que no se trata de una interpretación psicoanalítica al estilo freudiano, de contenidos latentes reprimidos expresados en símbolos cuyo significado oculto se revela ante el psicoanalista experimentado. Adler sólo coincide con Freud al considerar los sueños una representación de elementos inconscientes de la persona. Sin embargo, la noción de inconsciente es diferente para Adler: no se trata de contenidos reprimidos, sino de aspectos de uno mismo no entendidos, aspectos tácitos. Al igual que los primeros recuerdos de la infancia, que también se «interpretan», a Adler no le interesa la verdad histórica, sino el significado personal que tiene el proceso para el cliente.

Adler también coincide con Freud en que son las emociones en los sueños las que apuntan hacia su significado, más que los elementos verbales o figurativos y también distingue entre contenido manifiesto y contenido latente (lo último corresponde a las emociones, recuerdos, pensamientos asociados que facilitan la interpretación) (Adler, 1931/1979), pero rechaza la teoría freudiana de que los sueños sean realizaciones de deseos sexuales infantiles o que los elementos figurativos («símbolos») tengan una interpretación determinada (como un símbolo fálico, etc.). Para Adler, el consciente y el inconsciente forman una unidad, y no puede haber conflicto o contradicción entre ellos: ambos son expresiones del mismo Estilo de Vida del individuo, y de la misma manera que se puede comprender el Estilo de Vida consciente, se comprende el inconsciente o «subconsciente». Por eso, Adler también permite que el cliente se «invente» los sueños si no los recuerda, ya que la imaginación de una persona está igualmente dictada por su particular Estilo de Vida y por lo tanto válido. (Por la misma razón, los recuerdos de la primera infancia como instrumento para conocer el Estilo de Vida tampoco tienen por que ser «históricamente verdaderos»).

Para Adler, los sueños tienen la función de preparar las actitudes del individuo hacia el futuro, una especie de entrenamiento para prepararlo para una determinada solución o papel que tiene que desempeñar. Shulman (1973) lo llama «ensayo» (*rehearsal*) y «ejercicio preliminar o esbozo» (*preliminary exercise or sketch*) (Shulman, 1973, p.61), como anticipación de acontecimientos futuros a los que el

soñador se verá enfrentado, generalmente problemas todavía no resueltos o temas no acabados. De esta manera la persona se enfrenta en su sueño con una posible solución (la comprueba y luego la acepta o la descarta) para clarificar su actitud hacia ella en estado despierto. A esto, Mosak (1992) añade que, mientras en los recuerdos de la primera infancia quedan reflejados los objetivos a largo plazo, en los sueños se tratan problemas más inmediatos.

Pero Adler también destaca el carácter de autoengaño del sueño: para él, la posible solución del problema no va necesariamente de acuerdo con el sentimiento de comunidad, sino de acuerdo con el Estilo de Vida del individuo, que puede ser caracterizado por ficciones «inútiles». Mediante las emociones y afectos que produce el sueño, el individuo consigue el estado emocional necesario para convencerse a sí mismo de su actitud personal (p.ej. un afán de superioridad). Adler cita el ejemplo del sueño de un paciente suyo, un marido descontento con su vida matrimonial, que sueña con que su mujer había descuidado y perdido uno de sus hijos; según la visión de Adler, el marido consiguió producir emociones hostiles «justificadas» hacia su mujer para poder criticarla y convencerse de la inutilidad de ésta. (Adler, citado en Ansbacher y Ansbacher, 1972, p.335). Por eso, el sueño se expresa en metáforas que no se entienden a la primera. Si se entendiera la metáfora del sueño, según Adler, la función de autoengaño no se cumpliría tan fácilmente, ya que el individuo se diera cuenta de sus objetivos erróneos; el carácter metafórico, el contenido manifiesto incomprensible del sueño permite al individuo no tener que reconocer que su actitud va en contra del sentimiento de comunidad. Por eso, afirma Adler, una persona con alto grado de sentimiento de comunidad no sueña o sueña muy poco.

«El hecho de que los sueños están destinados a engañarnos y obnubilarnos, es la razón por la cual no los entendemos. No podrían provocar sentimientos y emociones en nosotros. En vez de obedecer las sugerencias de los sueños deberíamos escuchar la voz de la razón. Si se entendieran los sueños, ya no tendrían sentido». (Adler, 1931/1979, p.91).

Shulman (1973) critica esta posición extrema de Adler de que la función de los sueños siempre sea la de apoyar el Estilo de Vida **en contra** de las demandas del sentimiento de comunidad, y que una persona psíquicamente adaptada no tenga sueños (esto, además, ha quedado invalidado empíricamente por los estudios sobre el sueño REM). Para Shulman, el sueño tiene más bien la función de auto-clarificación (*self-clarification*): más que engañarse a sí mismo, el individuo intenta, mediante este ensayo en lenguaje metafórico, clarificar su propia postura hacia un acontecimiento o tema que le preocupa; sin la necesidad, por el momento, de tener que enfrentarse al problema real, el individuo se crea un espacio seguro para probar una solución (o al menos descartarla). Esta solución adoptada (o descartada) no necesariamente va en contra del sentimiento de comunidad.

Shulman subraya que esta «factoría de emociones» también funciona cuando

el individuo no recuerda el sueño, ya que las emociones dejan su rastro en el estado de ánimo durante el día siguiente e ilustra su teoría con un ejemplo facilitado por Rudolf Dreikurs, discípulo y sucesor de Adler en Estados Unidos:

«Un paciente relató un sueño en el cual se encontraba en prisión. No recordaba ningún otro elemento del sueño. No comprendió el sueño y no pudo ofrecer asociaciones excepto de decir que no le gustaría estar en prisión. Dreikurs le preguntó si había hecho algo malo o ilegal o si pensaba o había pensado hacerlo. El paciente luego confesó que había confeccionado una declaración fraudulenta de impuestos, pero a la mañana siguiente se lo había pensado y (corrigió la declaración). Había hecho esta decisión la mañana después del sueño. Sin embargo, no vio la conexión entre el sueño y su conducta hasta Dreikurs no le llamó la atención sobre ello». (Shulman, 1973, p. 64).

Podemos resumir la teoría adleriana (modificada por las contribuciones de Shulman) de la manera siguiente:

- a) El sueño es una forma de expresar el Estilo de Vida (constructos nucleares) en sus aspectos más inconscientes (tácitos).
- b) El sueño tiene una orientación hacia el futuro y se puede considerar un ensayo o ejercicio preliminar para clarificar la postura del individuo hacia un problema o tema determinado.
- c) En el sueño se evocan imágenes y metáforas que generan las emociones necesarias para los objetivos que persigue el individuo en concordancia con su Estilo de Vida.

TEORÍA DE SUEÑOS Y CONSTRUCTIVISMO

Entre las teorías constructivistas todavía no hay una posición clara respecto al trabajo terapéutico con sueños, y es sólo la Psicología de los Constructos Personales de Kelly que intenta dar una visión más exhaustiva del fenómeno. Kelly (1955/1991) considera los sueños una forma preverbal de construir y la forma más laxa de construir, y recomienda la «interpretación» de sueños como un procedimiento terapéutico de aflojamiento, pero sin indicar un procedimiento concreto. Para Kelly, los sueños tratan en primera línea con constructos pre-verbales, generalmente formados en la primera infancia (cuando el niño todavía no dispone de las expresiones verbales para asignar significado a los acontecimientos), y los símbolos que aparecen en el sueño son meramente representaciones del tema en cuestión. Rosner (1998) discute la posibilidad de integrar el trabajo con sueños en la terapia cognitivo-constructivista y como se puede utilizar los sueños para generar un cambio terapéutico, pero admite que dentro de las terapias constructivistas todavía no se ha llegado a una teoría coherente y comprensiva de los procesos oníricos.

MODELO HÍBRIDO PSICOLOGÍA ADLERIANA Y PSICOLOGÍA DE LOS CONSTRUCTOS PERSONALES (PA/PCP)

La compatibilidad epistemológica/metateórica entre la Psicología Adleriana y el constructivismo (en este caso: la Psicología de los Constructos Personales, PCP) nos permite elaborar un modelo «híbrido» (PA/PCP) de trabajo con sueños, ya que según Neimeyer (1992), dos teorías que comparten las mismas premisas metateóricas pueden dar lugar a una fertilización mutua respecto a sus técnicas y estrategias terapéuticas. La justificación de este intento viene dada por la utilidad que puede tener el modelo integrador PA/PCP de los sueños para ambos enfoques: para la PCP, la extensión de la teoría de la PCP a un ámbito tradicionalmente descuidado por este enfoque (el trabajo con sueños) y para la PA, la propuesta de un procedimiento concreto y manualizado para una intervención psicoterapéutica ampliamente usada y consistente con el resto de la teoría. Por eso sería necesario aplicar una técnica de trabajo concreta que en este caso se adapta desde la PCP.

Este modelo «híbrido» considera que en el sueño se produce un tratamiento tentativo de un problema determinado del sujeto para lograr una auto-clarificación de la propia postura respecto a este tema (visión tradicional adleriana, véase Shulman, 1973). En esta concepción, el sueño tiene una función anticipatoria y aparece como un encuentro «virtual» o «in vitro» con un acontecimiento; mediante la historia que el sujeto se narra a sí mismo en un lenguaje metafórico (o analógico, según Villegas, 1992), el sujeto puede provocar un encuentro bajo condiciones «de laboratorio» para poner a prueba sus «hipótesis» respecto a un determinado tema o acontecimiento. Esto se puede considerar como un proceso parecido al Ciclo de Experiencia en PCP (Kelly, 1977). El Ciclo de Experiencia consiste en cinco fases que, en la concepción del «hombre como científico» de Kelly (1955/1991), corresponden al proceso humano de elaborar, anticipar y contrastar sus «hipótesis» sobre los acontecimientos. En la fase de anticipación (1) el individuo elabora una hipótesis personal sobre el curso probable de un acontecimiento que se basa en los constructos personales de la persona y en las experiencias y construcciones previas. En la fase de la implicación (2) en el resultado la persona se abre a la experiencia y se compromete para el aprendizaje. En la fase del encuentro (3) con el acontecimiento anticipado se contrasta la hipótesis con la realidad, lo cual produce una confirmación o desconfirmación (4) de ella y, como consecuencia, una revisión constructiva (5) del sistema de constructos, lo cual será la base para que el Ciclo comience de nuevo con la fase de anticipación (1).

En nuestro modelo PA/PCP se asume que este Ciclo de Experiencia también se produce en los procesos oníricos, es decir que los acontecimientos soñados son tratados como si fueran eventos reales. El recuerdo que trae el individuo de su sueño se considera, pues, como una narrativa de una experiencia «virtual». Por lo tanto, se puede modificar el modelo adleriano hacia el modelo PA/PCP de la siguiente manera:

Los sueños tienen una función anticipatoria y ayudan al individuo a preparar su actitud o postura hacia un acontecimiento o tema actual de su vida: fase de anticipación e implicación del Ciclo de Experiencia de Kelly.

Esta preparación puede funcionar de manera que o bien confirma y refuerza los constructos tratados (refuerzo del Estilo de Vida) o bien desconfirma e invalida el resultado anticipado (sueños que indican un cambio en los constructos personales/ Estilo de Vida): fase de encuentro y fase de validación o invalidación.

La preparación de la actitud funciona sobre todo de manera tácita. Mediante el diálogo terapéutico estos constructos tácitos se pueden verbalizar y, por lo tanto, someter a revisión cognitiva consciente: fase de revisión constructiva.

Como procedimiento concreto, se le invita al cliente a traer el relato de un sueño por escrito. Se le pide identificar la anticipación y la implicación respecto al acontecimiento tratado en el sueño, y se elabora conjuntamente, si el encuentro tal como se presenta en el sueño lleva a una confirmación o desconfirmación del resultado pronosticado (siempre quedándose en el marco del sueño). Luego, mediante el diálogo terapéutico, se elabora una revisión constructiva haciendo un transfert a la vida real y la problemática concreta de la persona intentando verbalizar los constructos tácitos subyacentes. Para esto, se pueden utilizar directamente las metáforas del sueño. Una metáfora se considera un significado transferido de un concepto a otro. Si identificamos la similitud entre el patrón de organización entre estos conceptos distintos en otros aspectos, se pueden integrar las dos cosas, y, describiéndolo “como si” fuera lo mismo, crear un tercer concepto nuevo y unificador (Dobkin Dushman y Sutherland, 1997). Tal como lo proponía Kelly (1955/1991), el terapeuta puede utilizar el sueño también para la exploración del polo sumergido (el contraste menos disponible) de un constructo o intentar un aflojamiento de constructos rígidos para iniciar así un cambio en los procesos de construcción del cliente.

Siguiendo nuestro modelo, podemos identificar tres tipos de sueños:

- sueños que confirman la anticipación (hipótesis): validación de los constructos/ del Estilo de Vida

- sueños que exploran el polo sumergido de un constructo: invalidación; pueden indicar cambio

- sueños que no «acaban» (falta de fase de validación/invalidación): el individuo no llega a aceptar o descartar su hipótesis, por lo tanto, tampoco puede haber revisión constructiva; muchas veces se trata de pesadillas, como en el caso siguiente del sueño de A., hombre, 28 años:

«Estoy haciendo una excursión por diferentes sitios. Estoy sólo, pero me encuentro bien. Llego a un punto de la montaña donde ya no puedo pasar, pero tampoco puedo volver atrás. De repente veo una grieta en la roca por donde parece que puedo pasar y llegar al otro lado. Pero tengo una fuerte sensación de claustrofobia que me impide entrar y no me atrevo. Luego

observo como otro hombre entra sin dudar. Superando mi sensación de ahogo, sigo su ejemplo y empiezo a meterme. La grieta se abre en un túnel y dentro percibo unos avisos y señales como si esta zona estuviera en obras, y veo más gente, como bomberos o un equipo de salvamento que trabajan aquí. Uno se me acerca en tono amistoso y me dice que no hay peligro, que puedo pasar tranquilamente».

A. identifica como anticipación el peligro que corre su vida a la hora de meterse en «la grieta» o «el túnel». La implicación es alta, porque le infunde una profunda sensación de ahogo y miedo. En la fase de encuentro, su anticipación (peligro de muerte) se ve invalidada, ya que hay otros hombres que pasan tranquilamente y que incluso están dispuestos a ayudarlo. En el transfert a la vida real de A., la metáfora del «túnel», o «pasar por el túnel» es identificada como su futura implicación o no-implicación en una relación íntima incipiente con otra persona, con la anticipación de la pérdida de su «vida» (vida actual libre de compromisos, de soltero, que ha llevado hasta ahora). La convivencia con otra persona es algo que no se ha planteado hasta ahora, por lo tanto, se puede considerar que el sueño es un intento de construir ese polo sumergido del constructo «estar sólo, libre y sin compromiso –conviviendo y con compromiso». El sueño le muestra como otros hombres pasan tranquilamente «por el tubo», incluso parece que lo disfrutan y están dispuestos a echarle una mano. En la revisión constructiva se elabora como el ejemplo y la ayuda de otros varones en la misma situación le pueden ayudar a anticipar y a construir un aspecto nuevo de su vida como adulto (el de ser pareja). Por su viveza y dimensión épica (por cuestiones de redacción, las descripciones detalladas del paisaje y de las personas han sido omitidas) y por su significado para un cambio en el sistema de construcciones del sujeto, este sueño podría representar lo que Kelly (1955/1991) llama «sueños hito» (*mile-post dream*), un sueño que marca una transición en el pensamiento del cliente y que puede iniciar un cambio terapéutico significativo.

En este artículo se ofrece una breve síntesis de la Psicología Adleriana (PA), sobre todo de sus aspectos constructivistas, y una revisión crítica de la teoría adleriana de la interpretación de los sueños. Finalmente, se presenta una técnica integradora adleriana/constructivista para el trabajo terapéutico con sueños.

Referencias bibliográficas

- ADLER, A. (1931/1981). *Wozu leben wir?* Frankfurt: Fischer.
ADLER, A. (1912/1993). *El carácter neurótico*. Barcelona: Paidós.
ANSBACHER, H. L. Y ANSBACHER, R. R. (1975). *Alfred Adlers Individualpsychologie: Eine systematische*

- Darstellung seiner Lehre in Auszügen aus seinen Schriften*. München: Ernst Reinhardt. Original inglés: Ansbacher, H. L. & Ansbacher, R. R. (1956). *The Individual Psychology of Alfred Adler. A systematic presentation in selections of his writings*. New York: Basic Books.
- BOTELLA, L. & FEIXAS, G. (1998). *Teoría de los constructos personales: Aplicaciones a la práctica psicológica*. Barcelona: Laertes.
- DREYFUS, E. A. & NIKELLY, A. G. (1979). Existential-humanism in Adlerian psychotherapy. En A. G. Nikelly (Ed.), *Techniques for behavior change*. Springfield, IL: Ch.C.Thomas.
- DINKMEYER, D. & DINKMEYER, D.Jr. (1988). Psicoterapia y consejo adleriano. En J.Linn y J.P. Garske, *Psicoterapias contemporáneas*, (pp.155-201). Bilbao: DDB.
- DOBKIN DUSHMAN, R. & SUTHERLAND, J. (1997). An Adlerian perspective on dreamwork and creative arts therapies. *Individual Psychology*, 53 (4), 461-475.
- FEIXAS, G. & VILLEGAS, M. (1993). *Constructivismo y psicoterapia*. Barcelona: PPU.
- FREEMAN, A. & URSCHER, J. (1997). Individual Psychology and Cognitive Behavior Therapy: A Cognitive Therapy Perspective. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 11 (3), 165-179.
- GERGEN, K. J. (1996). *Realidades y relaciones*. Barcelona: Paidós.
- JONES, J. V. Jr. (1995). Constructivism and Individual Psychology: Common ground for dialogue. *Individual Psychology*, 51 (3), 231-243.
- JONES, J. V. JR. & LYDDON (1997). Adlerian and constructivist psychotherapies: a constructivist perspective. *Journal of cognitive psychotherapy: An international quarterly*, 11,(3), 195-210.
- KELLY, G. (1955/1991). *The psychology of personal constructs*. London: Routledge.
- KELLY, G. (1977). The psychology of the unknown. En D. Bannister (Ed.), *New perspectives in personal construct theory* (pp.1-20). London: Academic.
- MAHONEY, M. J. (1991). *Human change processes*. Delran, N.J.: Basic.
- MAHONEY, M. J. & GABRIEL, T. (1987). Psychotherapy and the cognitive sciences: An evolving alliance. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 39-59.
- MASTER, S. B. (1991). Constructivism and the creative power of self. *Individual Psychology*, 47(4), 447-455.
- MOSAK, H. H. (1989). Adlerian Psychology. En R.J. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current Psychotherapies* (pp. 65-116). Itasca, IL: Peacock.
- MOSAK, H. H. (1992). *The «traffic cop» function of dreams and early recollections*. *Individual Psychology*, 48(3), 319-324.
- NEIMEYER, R. A. (1992). Hacia una integración teóricamente progresiva de la psicoterapia: Una contribución constructivista. *Revista de Psicoterapia*, 9, 33-48.
- OBERST, U. E. (1998a). La psicología de Alfred Adler y el constructivismo. *Trabajo de investigación no publicado*. Barcelona: Universidad Ramon Llull.
- OBERST, U. E. (1998b). Salud mental y ética: el concepto de sentimiento de comunidad en la psicología de Alfred Adler. *Ars Brevis, Anuari 1997*, 225-240.
- OBERST, U. E. (en prensa). Alfred Adler's Individual Psychology in the context of Constructivism. *Constructivism in the Human Sciences*.
- ROSNER, R. I. (1998). Cognitive therapy, constructivism, and dreams: a critical review. *Journal of Constructivist Psychotherapy*, 10, 249-273.
- SCOTT, C., KELLY, F. D., & TOLBERT, B. L. (1995). Realism, constructivism, and the individual psychology of Alfred Adler. *Individual Psychology*, 51(1), 4-20.
- SERRANO, J. (1991). *La visión psicossocial de Alfred Adler: Alcance y límites de la perspectiva adleriana en psicología social*. Tesis doctoral no publicada. Universidad de Barcelona.
- SHULMAN, B. H. (1973). *Contributions to Individual Psychology*. Chicago: Alfred-Adler-Institute.
- SHULMAN, B. H. (1985). Cognitive therapy and the individual psychology of Alfred Adler. En M.J. Mahoney & A. Freeman (eds.), *Cognition and psychotherapy* (pp.46-62). New York: Plenum.
- SHULMANN, B. H. & WATTS, R. E. (1997). Adlerian and constructivist psychotherapies: An Adlerian perspective. *Journal of cognitive psychotherapy: An international quarterly*, 11(3),181-193.
- SPERRY, L. (1997). Adlerian Psychotherapy and Cognitive Therapy: An Adlerian Perspective. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 11(3), 157-164.
- STEPANSKY, P. E. (1983). *In Freud's shadow. Adler in context*. Hillsdale, N.Y.: Analytic Press.
- TITZE, M. (1983). *Fundamentos del teleoanálisis adleriano*. Barcelona: Herder.
- VAIHINGER, H. (1911/1965). *The philosophy of «as if»*. London: Routledge & Kegan Paul.
- VILLEGAS, M. (1992). Análisis del discurso terapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 10-11, 23-65.

NORMAS PARA LA PUBLICACION DE ARTICULOS

1. Los trabajos para publicación en la REVISTA DE PSICOTERAPIA se enviarán en un diskette flexible de 3.5 o 5.25 escritos con un procesador de textos Word Perfect o compatible y tres copias en papel. Su extensión no debe sobrepasar los 30 folios a 1 espacio. Se ruega no sangrar los textos, ni utilizar para nada el subrayado. En el texto sólo deben usarse **negritas** y *cursivas*. Los gráficos irán en hoja aparte con las indicaciones muy claras sobre su lugar de inclusión. Si se envía material fotográfico éste deberá ir acompañado de un pie indicativo de las personas o espacios que se reproducen.

2. Se valorará que los artículos enviados para su publicación sean originales. Cuando sea preciso se incluirán copias de todos los permisos necesarios para reproducir el material ya publicado.

3. Se adjuntará un abstract de no más de 150 palabras, en castellano y en inglés, acompañado de tres a diez palabras clave para índices.

4. En el artículo sólo figurará el título del mismo. En sobre aparte se indicará, haciendo referencia al título, el nombre y apellidos del autor, su dirección y un breve currículum (a no ser que se haya enviado anteriormente y no requiera ampliación). Asimismo, se indicará, cuando proceda, el Departamento, Servicio, Centro o Universidad donde se haya realizado el trabajo.

5. Los trabajos deberán ir acompañados de la lista de **Referencias bibliográficas** correspondientes que se ajustarán a las normas de la American Psychological Association (A.P.A.). Todas las referencias citadas en el texto deberán aparecer en el listado y viceversa. En el **texto** se indicará el autor, el año de publicación y la página donde se encuentra el texto citado cuando proceda. En las **Referencias bibliográficas** los nombres de los autores que encabezan la entrada se escribirán en mayúsculas y los títulos de libros o nombres de Revistas se escribirán en cursiva.

6. Deberán evitarse absolutamente las notas de pie de página.

7. El Comité Editorial revisa todos los artículos que se envían para su publicación y se reserva el derecho de no aceptar artículos cuya orientación no sea la propia de la Revista, o bien aquellos cuya originalidad o calidad no se considere suficiente; o también cuando no puedan relacionarse con los textos monográficos previstos. La decisión se hará en todo caso mediante votación de todos los miembros del Comité Editorial, una vez conocido el informe de, al menos, dos lectores cualificados (que permanecen siempre anónimos). La aceptación de un artículo no supone su publicación inmediata. Al recibir el trabajo, la Revista acusará recibo del mismo. En su día se informará al autor si el artículo ha sido seleccionado o no.

8. Cada autor puede solicitar 1 ejemplar y diez separatas del número donde haya salido publicado su artículo. En el caso de que el autor precisara una cantidad mayor de ejemplares, el costo de los mismos corre de su cargo.

EL CASO ALICIA. EL ENSUEÑO DESPIERTO DIRIGIDO DESDE UNA PERSPECTIVA CENTRADA EN LA PERSONA

Manuel F. Artiles

Centro de Estudios de Orientación Rogeriana (C.E.P.O.R.)

Av. Pueyrredón, 568, 1° D

1032 - Buenos Aires (Argentina)

From a rogerian point of view the author presents the analysis of a day dream therapeutic session according to Robert Desoille's technique with a patient called Alice. Day dream situation offers an analogy with the events which were really lived and are synthesised in a fantastic scenery which help us to go into the affective background which determines the patient's neurotic behavior. This day dream constitutes a valuable example of the crucial importance of the corrective emotional experience of the patient's meanings. The therapist's empathic understanding, together with his continuous focusing on the patient and his non-directive attitude, also plays a central role.

Key words: day dream, imaginery, empathy, meaning.

NOTA PRELIMINAR

Dado que es posible que no todos quienes lean estas páginas estén informados sobre esta técnica, denominada por su creador, el francés Robert Desoille (fallecido en 1966): «Ensueño Despierto Dirigido» (*Rêve Eveillé Dirigé*, R.E.D.), he creído conveniente hacer una referencia esquemática al respecto, con particular referencia al enfoque rogeriano desde el que se desarrolla mi trabajo terapéutico. Está claro para Desoille, como para Rogers, que el término en cuestión, «dirigido», sólo apunta a señalar la dirección de la cura, nunca una orientación autoritaria o a una intervención que menoscabe el proceso de actividades «autoinformantes, no estructurantes» (en concepto rogeriano) por parte del paciente, calificativos que en ambos autores (en Rogers la «no directividad»), han dado lugar a inútiles confusiones y discusiones. Por esta razón los rogerianos preferimos no hablar de: «Ensueño Dirigido», sino de «Ensueño Despierto». Como comenta Desoille (1975):

«El psicólogo no puede sino indicar los medios de la curación, pero ésta no depende sino de él (es decir, del paciente). Una de las primeras tareas, en efecto, es devolver al enfermo el sentido de su responsabilidad. Por otra parte, las relaciones del psicoterapeuta con su paciente deben ser relaciones de persona a persona, teñidas de cordialidad y siempre con la mayor franqueza de la que sean capaces. El psicoterapeuta no es un censor ni un mago, sino el colaborador de su paciente y es necesario que éste último se convenza de ello... Es indispensable que sea el paciente quien dé la explicación de las imágenes que aparecen en su fantasía, en el momento que esté maduro para reflexionar objetivamente sobre la verdadera naturaleza de sus sentimientos y confesarlos».

Puede observarse en estos comentarios una notable coincidencia con conceptos que Rogers estudió y definió sistemáticamente. Hallamos igualmente en Desoille nociones rogerianas como las que afirman la confianza en las capacidades del paciente como eje del proceso y de la relación terapeuta-paciente. El acento en el aspecto humano y no técnico de la misma, el valor terapéutico de la calidez del vínculo, la apertura mutua y la congruencia del terapeuta. El rol de éste aparece desposeído de una imagen omnipotente o superyoica, la concepción de una interacción terapeuta-paciente basada en la no-dependencia del paciente, sino en el papel humilde del terapeuta como colaborador de la actividad del paciente y no como controlador de la misma.

Rogers ha sido un adelantado en el estudio de la **empatía** y ha sido ésta una de sus principales aportaciones al campo de la Psicoterapia. En consonancia con las aportaciones de Rogers, señala sugestiva y tentativamente Desoille (1975):

*«Gran número de profesionales dedicados al arte de curar, aun mostrando mucha capacidad científica y cierto grado de interés por el ser humano, difícilmente se ponen en el lugar de sus semejantes. Si admitimos que muchísimos pacientes sufren enfermedades de **identificación**, podemos poner punto final a esta lección diciendo que, quienes los curan, carecen a menudo de esa aptitud; en conclusión, cabe plantear la pregunta de si uno de los requisitos básicos de la comunicación no es precisamente **ponerse en el lugar del otro** para poder comprenderlo y curarlo».*

Al colocar Rogers la empatía como campo terapéutico esencial, respondió categóricamente a la pregunta que, en su momento, se hizo Desoille. Pasemos ahora a nuestro tema central.

EL ENSUEÑO DESPIERTO DIRIGIDO

El Ensueño Despierto Dirigido se da como realidad psicológica en el escenario de lo Imaginario, montado en el espacio afectivo del Yo, en el cual ese Yo reproduce movimientos afectivos que lo expresan, describen y permiten ensayar, reproducir y modificar comportamientos, psicológica y existencialmente posibles, en el contexto

y dinámica vital individuales. Conlleva la movilización y la expresión de una problemática inconsciente, en un lenguaje simbólico específico, vivido por el paciente en dos niveles:

A) el del escenario del Ensueño Despierto (lo Imaginario). Se entiende por Imaginario: la transferencia de una representación de contenido sensible a una percepción o imagen perteneciente a otro dominio, extrayendo de ellas relaciones simbólicas;

B) el del análisis hecho secundariamente frente al terapeuta.

Su **metodología** puede plantearse esquemáticamente de este modo:

1) Entrevista en la cual el paciente expone sus dificultades.

2) Información al paciente sobre la técnica y su tipo de colaboración.

a) traer en cada nueva sesión la redacción del Ensueño anteriormente realizado.

b) traer los sueños espontáneos del intervalo.

3) Sesión de Ensueño Despierto:

a) recostado en el diván, en un ambiente oscurecido y en estado de relajación, se invita al paciente a hacer un Ensueño imaginario.

b) idea-base: el paciente se desplaza como personaje central en un espacio imaginario.

c) al comienzo se ayuda al paciente proponiéndole una imagen de partida (ej. serie de 8 temas); más tarde puede sugerirse un tema ligado a su fabulación personal; luego puede dejarse al paciente elegir su imagen de partida, o proponerle una imagen de sus sueños nocturnos o recurrir a una imagen de un sueño o Ensueño anterior.

4) Sesión: hora y media o dos horas, cada siete días. En cada sesión el paciente hará un relato espontáneo y fluido, con todas las connotaciones que se le vayan ocurriendo en el nivel emocional.

5) El terapeuta cuenta para su comprensión con:

- su experiencia

- su conocimiento de la historia del paciente

- el conocimiento de sus síntomas

6) En la semana siguiente al Ensueño tiene lugar la «entrevista de elaboración», realizada en un diálogo terapéutico entre terapeuta y paciente. En ella el paciente trae escrito el anterior Ensueño realizado, lo cual sirve como feedback del mismo para este diálogo.

- Serie de temas tipo:

. La Espada (para varones) o la Copa (para mujeres)

. La Escalera

. Viaje al fondo del mar

. Ir en busca de la cueva del Brujo y de la Bruja

. Ir en busca de la gruta del Dragón

. La Bella Durmiente

- . Castillo en el Bosque
- . La Llave (ilustrado en este trabajo)

Existen otros temas posibles, ya conocidos, que pueden proponerse. Según Desoille:

«La situación del Ensueño ofrece una analogía con sucesos realmente vividos, que son entonces sintetizados en un escenario de tipo fantástico (lo cual)... nos hace penetrar en el trasfondo afectivo que determina el comportamiento neurótico del paciente».

- Resultado del proceso terapéutico

«El éxito en un proceso de curación se traduce por la preocupación o la liberación de una espontaneidad creadora al nivel de la comunicación y del diálogo (...) el concepto de curación se abre a un proceso de maduración del cual no se pueden fijar a priori las fronteras»

CASO ALICIA DE «ENSUEÑO DESPIERTO». TEMA: «LA LLAVE»

Alicia: 30 años, soltera; dos años y medio en psicoterapia.

Este es el último Ensueño Despierto de una serie de ocho que Alicia realiza.

Texto de la sesión:

Terapeuta: *«Ahí tiene una llave, Alicia, ¿cómo es esa llave?»*

Alicia: *«Es una llave negra, grande, no mucho, de hierro, redondita arriba, tiene forma de llave antigua, no muy pesada, proporcional al tamaño... Estoy frente a una puerta... es un lugar oscuro, es de noche... puedo abrir la puerta con la llave... veo un lugar abandonado, una casa antigua con una sala de estar abandonada, antigua, enorme, bastante lujosa, pero... voy a revisar todas las cosas de la casa. Un pasillo... camino por los pasillos, son oscuros y hay otros pasillos... veo puertas como de cuartos... (T. sugiere abrir) se pueden abrir pero me gusta más caminar por los pasillos... me da miedo pero me gusta, como las películas de terror... Bajo una escalera... voy al sótano, abro la puerta, es fresco y húmedo... hay vino y botellas; camino, es enorme (T. pregunta qué ve) yo camino y veo cosas, todo abandonado... hay un baúl, no me gusta revisar esas cosas y encontrar medallitas y cositas. Me gusta encontrar como ropa y esas cosas... Me disgusta encontrar adornitos y esas estupideces. Hay ratas (T. ¿grandes?)... sí, de todos los tamaños, hay ratones, me dan asco las colas, pero no me joden. Montones de ratas... me parece que me van a morder los pies... me voy y camino por ahí, me joden porque son muchas.*

Es una bodega, los vinos en los estantes... todo derrumbado. Hay otra puertita, está muy oscuro al abrirla... hay muñecas viejas, trapos, cosas viejas... hay de todo... sillas..., pero todo oscuro, todo muy sucio, el piso todo sucio... todo me da asco, no sé qué hacer (T. pregunta ¿y las muñecas?)... están desparramadas, son lindas... nunca me las podría llevar... podría lavarlas, vestirlas, estarían lindas con esos vestidos de puntillas, pero yo no las cambiaría... Cuando era pequeña me

gustaban, pero no por mucho tiempo. Cuando tenía 10 años ya no me interesaron más, dejé de jugar. Yo decía: “Y ahora, ¿qué hago?”. Yo quería que me gustara jugar, pero no me gustaba... miro a una muñeca, muy linda, de porcelana, está linda ésa... me acuerdo cuando era pequeña, me pasa lo mismo que ahora, no me enloquece... pienso que tienen las patas recogidas, las más lindas tienen eso... la pongo en una silla-hamaca, la miro, es el dilema... porque son tan lindas, siempre me parecieron... pero nunca llegué a tocarlas, porque no me entusiasmaron para jugar, ¿por qué a la gente les gustan tanto?. Tienen siempre la misma expresión, parecen abandonadas, medio las veo como petrificadas... esa mirada indefinida... parecen en realidad cadáveres... cadáveres con cara de contento... me cuesta irme porque ejerce una fascinación especial esa muñeca (T. sugiere llevarla) no quiero, pero no me gusta dejarla ahí, querría llevarla pero no sé por qué no la llevo, me da como miedo... es como rechazo, me la quiero llevar, me gusta estar con ella, pero rechazo la idea de llevarla (T. insiste en llevarla)... la alzo... es que me parecen personas, la alzo como un bebé, la miro, siempre la misma, eso me da lástima, que esté siempre igual... no tiene vida... como mi hermana (llora)... mi mamá la tenía así agarrada, era igual... era igual... eso es lo que pasa (llora acongojada) con las manos para abajo... yo no quería que se muriera mi hermana... por eso no quiero esa muñeca... la tiro... la tiro... no la quiero (T. sugiere rescatarla)... no... no... si está como muerta, ¿para qué?... (T. sugiere enterrarla)... me da impresión... no puedo hacer nada... (T. pregunta ¿la vas a dejar ahí?) me quedo yo ahí para que no se quede sola... me da impresión. Si me la llevo estaría así siempre, siempre igual... cada vez que la vea estaría muerta... en el salón. (T. sugiere: ¿y si la entierras?)... se arruina toda... si la entierro me puedo ir... la entierro en el jardín... si la entierro es como que la maté... la hago desaparecer...; la enterré... me voy, pero... no sé, si la entierro es como que la entierro... viva, como que la termino de matar... no sé qué hacer. Mejor enterrarla, pero es igual... o la mato yo ahí... asfixiada. Pero yo no la quiero tener, me da impresión... me voy del jardín... me tengo que ir...; me voy pero me siento culpable... no puedo quedar toda la vida ahí dentro... me voy, ya está».

Comentarios sobre la sesión

El presente comentario está realizado después de la sesión de Ensueño Despierto y la posterior sesión de elaboración en la cual Alicia, con el terapeuta, elaboraron, a través del diálogo terapéutico rogeriano, el contenido de la sesión aquí descrita.

El análisis de la sesión se hace de acuerdo a una metodología fenomenológica:

«*Veo un lugar abandonado, una casa antigua, con una sala de estar abandonada*». La sala de estar es «el lugar donde se vive» en toda la casa. Como se advertirá más adelante, Alicia comienza reconociendo el abandono en el cual vive su vida real, que es parte de sus problemas y signo de su estado emocional habitual: la lasitud y depresión.

«Un pasillo... camino por los pasillos, son oscuros y hay otros pasillos». Los pasillos implican (como los «*couloirs entrecroisés*» del film «*El último año en Marienbad*» de Alain Resnais) la desorientación, los oscuros conflictos, el vagabundeo, propio de la vida de Alicia. Pero ella *elige* estar así: «*pero me gusta más caminar por los pasillos... me da miedo pero me gusta, como las películas de terror*». Ella se siente viviendo laberíntica y obscuramente, amenazada en su enajenante vagabundeo. Decide dejar los *laberintos* y comenzar a enfrentar su situación interior y profunda, cosa que en el proceso terapéutico le resulta difícil hacer habitualmente. Expresa: «*Bajo una escalera... voy al sótano*», es el clásico descenso a los *infiernos* («*ínferos*» en su etimología, los *lugares de abajo* donde mora lo pavoroso).

Allí *abajo* lo que encuentra es algo desagradable. «*todo abandonado*», «*hay ratas*». También encuentra que «*hay un baúl*». Típicamente en los procesos de *Ensueño Despierto*, el *baúl* es un lugar donde los pacientes terminan por hallar cosas valiosas de sí mismos que rescatan.

Pero Alicia teme lo que puede haber en el fondo de un *baúl* (ella misma) y banaliza la situación soslayándola, diciendo: «*no me gusta revisar esas cosas y encontrar medallitas y cositas*», «*encontrar adornitos y esas estupideces*». Alicia encuentra en su camino algo que será decisivo. El *sótano* resulta no ser el fondo de la casa, dice: «*Hay otra puertita, está muy oscuro al abrirla*» por lo tanto ese fondo (el sótano) tiene un trasfondo que es el verdadero fondo. A él accede por un lugar estrecho, la *puertita*. Ha llegado al final del camino interior y comienza a hallar: «*muñecas viejas, trapos, cosas viejas... hay de todo, sillas..., pero todo oscuro, todo muy sucio... todo me da asco, no sé qué hacer*» allí donde ahora se encuentra es algo así como un *depósito* abandonado, donde el tiempo ha quedado pues hay *cosas viejas*, suciedad, y *muñecas viejas*... El conjunto es tenebroso, algo que quedó hundido (el sótano del sótano...) en el tiempo y que Alicia rechaza asqueada.

Se fija en las muñecas a las que encuentra que son *lindas* pese al lugar en el cual está. Enseguida rememora la significación personal de las muñecas y un hecho que le resulta un tanto extraño: «*Cuando tenía 10 años ya no me interesaron más, dejé de jugar. Yo decía: «Y ahora, ¿qué hago?».* Yo quería que me gustara jugar, pero no me gustaba». Tiene el sentimiento de extrañeza respecto de su ambivalencia. Dejó de jugar y las muñecas no le interesaron más. Sin embargo hubiera deseado jugar para salir de esa situación en la cual si no jugaba con 10 años, no sabía qué hacer: «*¿ahora qué hago*». Se había producido un cambio en su vida, era como si su proceso personal, de golpe, se hubiera frenado, su vida se viera abocada al vacío.

Alicia dice algo que la lanza al trasfondo de su problemática, que aún no puede determinar expresa: «*...miro a una muñeca muy linda, muy linda, de porcelana, está linda ésa..., me acuerdo cuando era pequeña, me pasa lo mismo que ahora, no me enloquece...*» Entre todas esas muñeca abandonadas allá abajo, en ese lugar tenebroso, hay una (*esa*) que la atrae de una manera especial. Entonces los tiempos se unen en su percepción, recuerda un pasado indeterminado : «*cuando era*

pequeña» y reconoce que *le pasa lo mismo ahora*, el pasado está en su presente y algo se sacude sigilosamente dentro suyo pues dice: «*no me enloquece*», ella teme una sacudida sin duda.

«...*la pongo en una silla-hamaca, la miro, es el dilema...*» esa muñeca solicita atención y su ternura, la mira, tiene el sentimiento de estar ante un *dilema*: *¿por qué a la gente les gustan tanto?*. La pregunta es un tanto extraña tratándose de muñecas que habitualmente son fabricadas como lindas.

Enseguida comienza a desvelar su dilema más explícitamente al decir: «*Tienen siempre la misma expresión, parecen abandonadas, medio las veo como petrificadas..., esa mirada indefinida... parecen en realidad cadáveres..., cadáveres con cara de contento...*».

Vertiginosamente se está haciendo luz en el trasfondo de Alicia, en el oculto y cerrado *sótano del sótano*. Esas muñecas abandonadas tienen algo particular: su expresión. Aparecen como *petrificadas* y algo más, los ojos, centro del destello afectivo y vital, tienen una *mirada indefinida*, es decir perdida, sin objeto, sin relación con el mundo, una mirada como «*ida*» podría decir Alicia. De eso se trata y ella ya no puede negar su horrorosa percepción. No son muñecas en realidad (una muñeca pertenece al mundo de fantasía de toda niña), tiene que admitir que son *en realidad cadáveres*, que disimulan su trágica condición, fingen vida en el rostro pues son: «*cadáveres con caras de contento*».

Del plural: las «*muñecas*», se le hace insoslayable aceptar un tremendo singular que perturba, a cada momento, crecientemente: va a detenerse al fin en una muñeca que produce en ella un sentimiento que define muy bien al expresar claramente: «*me cuesta irme porque ejerce una fascinación especial esa muñeca*». La fascinación es exactamente eso, una confusa fusión de rechazo y atracción hacia el lugar puesto que es una muñeca. Alicia se resiste y ante la ambigüedad de ese objeto. ¿Qué tiene? ¿quién es esa muñeca fascinante y perturbadora?.

El terapeuta le sugiere entonces que se la lleve, que la saque de ahí y se convierte en temerosa zozobra: «*no quiero, pero no me gusta dejarla ahí, querría llevarla pero no sé porqué no me la llevo, me da como miedo... es como rechazo, me la quiero llevar, me gusta estar con ella, pero rechazo la idea de llevarla*».

El terapeuta insiste en su sugerencia de que la saque de ahí. El tener que enfrentar la posibilidad de sacar de allí a la *muñeca*, desata en aluvión el drama de Alicia: «... *la alzo... es que me parecen personas, la alzo como un bebé, la miro, siempre la misma, eso me da lástima, que esté siempre igual... no tiene vida... como mi hermana*». Aquí Alicia comienza angustiadamente a llorar. Al tomar contacto físico: *la alzo* ya que no puede negar la realidad disimulada (las muñecas), se trata de personas, concretamente de *un bebé*, al cual mira, constatando que está *siempre igual*, es decir muerto (no tiene vida). Pero lo trágico de la evidencia está en que no se trata de un cadáver anónimo, se trata de alguien a quien reconoce desgarradoramente: *mi hermana*.

Es aquí donde el dique se fisura y deja pasar el torrente tanto tiempo contenido, ahora Alicia no puede contener su dolor hecho lágrimas. Lanzada a la ya innegable evidencia prosigue valientemente entre lágrimas: «... *mi mamá la tenía así agarrada, era igual... era igual... eso es lo que pasa (llora acongojadamente) con las manos para abajo... yo no quería que se muriera mi hermana... por eso no quiero esa muñeca*».

Lamentablemente ya no estamos en el terreno de lo Imaginario, se trata de algo real, histórico, en la vida de Alicia, y que llegó a marcar incluso su orientación en la vida en un tono de paralización y depresión no superadas aún. Justamente cuando ella tenía 10 años (recuérdese que anteriormente expresó con extrañeza: «*Cuando tenía 10 años ya no me interesaron más, dejé de jugar*»). Ya no se trata de una muñeca; ahora ella está reviviendo el momento en el cual, luego de ver ahogada en el fondo a su hermanita de 3 años, tiene ante sí el cuadro de su madre sosteniendo el cadáver de la niña y éste en cadavérica lasitud, (*con las manos para abajo*), es decir, hierática como una muñeca... linda como una de ellas, con la blancura de la muerte en el rostro, como el blanco de porcelana de las mismas. Ahora la red de símbolos y significaciones de su Ensueño va delineando esta evocación traumática y descubriendo su sentido emocional.

El conflicto se reaviva cuando Alicia con violenta angustia dirá: «*la tiro... la tiro... no la quiero*». Aquí el terapeuta le sugiere que rescate a su hermana-muñeca de ese lugar donde está entre suciedad, despojos, oscuridad. Pero ella se resiste a hacerlo: «...*no... no... si está como muerta, ¿para qué?...*». El terapeuta le pide que la entierre, es decir, que acepte la muerte de su hermanita, lo cual no ha podido hacer hasta el presente. Pero esta posibilidad la atemoriza, es como tocar un cadáver-vivo: «... *me da la impresión..., no puedo hacer nada*». El terapeuta le pregunta «*¿la vas a dejar ahí?*». Alicia responde con fatalismo suicida: «*me quedo yo ahí para que no se quede sola... me da la impresión. Si me la llevo estaría así siempre, siempre igual..., cada vez que la vea estaría muerta, en el salón*». Ahora ella se debate entre la vida y la muerte, en realidad su propio vivir o vivir como muerta (su depresión). Está dividida afectivamente entre *enterrarla* (aceptar su muerte) o no hacerlo y quedarse para siempre junto a ella, es decir, *vivir como muerta*, que es lo que ahora ha hecho en la realidad cotidiana. Pero si la lleva al *salón* o sala de estar (recuérdese la referencia de este análisis) no podría vivir en paz, porque siempre vería el innegable testimonio de la muerte, ella tampoco podría vivir.

El terapeuta le sugiere: «*¿y si la entierras?*». Alicia responde: «*se arruina toda..., si la entierro me puedo ir..., la entierro en el jardín..., si la entierro es como que la maté..., la hago desaparecer...; la enterré..., me voy*». Aquí parece que ella toma el coraje necesario para terminar esta atroz situación: «*la entierro en el jardín...*», esto apareció como la liberación: «*si la entierro me puedo ir...*». Pero la duda se vuelve contra su ambiguo deseo: «*si la entierro es como que la maté*». Entonces ella sería culpable de la verdadera muerte de su hermanita. Se desespera y recurre a la magia del deseo: «*la hago desaparecer... la enterré... me voy*». Esto

parece el triunfo, la derrota de la ambivalencia.

Sin embargo vuelve atrás como quien hace *replay* en un film para recuperar una secuencia que se le escapa, dice: «*no sé, si la entierro es como que la entierro viva, como que la termino de matar... no sé qué hacer*». La duda la atormenta y la lleva a sentir que ella sería la asesina de su hermana (*es como que la entierro viva*), pero al mismo tiempo reconoce que nunca estuvo, en su interioridad, ni totalmente viva ni definitivamente muerta (*la termino de matar*). Así ha sido. Nunca pudo elaborar suficientemente el traumático hecho de esa muerte y la conservó en sí misma viva, aunque sabiéndola muerta. Por eso se horroriza y culpabiliza, aunque ahora vuelva el péndulo de la duda (*no sé qué hacer*). Podría repetir Alicia el trágico verso de Federico García Lorca: «*llevaba la muerte a cuestras*», así es como ella ha vivido: abrumada por esa muerte-no muerte.

Finaliza Alicia este Ensueño retomando su decisión, dice: «*mejor enterrarla, pero es igual..., o la mato yo ahí..., asfixiada*». Otra vez la culpa, la amenaza, sin embargo reconoce: «*pero yo no la quiero tener, me da impresión... me voy al jardín... me tengo que ir... me voy, pero me siento culpable... no puedo quedar toda la vida ahí dentro... me voy, ya está*». Indudablemente el final queda suspendido en una toma de decisión: dejar ese pesado cadáver porque reconoce que no puede continuar viviendo en la parálisis: «*no puedo quedar toda la vida ahí dentro... me voy... ya está*». Preguntaríamos: ¿ya está?...Sin duda ella asume una acción postergada: *salir de ahí dentro*, es decir, de la bóveda funeraria constituida por un trasfondo del sótano. Dejar el cadáver de su hermanita para siempre en el jardín, pero sin animarse a enterrarla pues le *da impresión* y además sería matarla. Confirma su decisión (*yo no la quiero tener*), o sea, renuncia imperativamente a permanecer en su vigilia (*me tengo que ir*) velando ese cadáver toda su vida. Sin embargo al alejarse no puede aún desprenderse de la sombra de una culpa absurda. Así deja este tremendo escenario vivencial.

Elaborar su culpa, enterrar a la *muñeca-hermana*, es el trabajo por realizar en el camino doloroso de su psicoterapia por venir, para vivir al fin su propio destino personal.

COMENTARIO FINAL

Sin duda esta sesión de **Ensueño Dirigido Despierto** resulta particularmente patética, dado el realismo histórico que invade el escenario de lo Imaginario; desborda una sesión típica. De todas maneras, es un valioso ejemplo del cumplimiento de aquello que es lo esencial en todo proceso terapéutico: la experiencia emocional correctiva de los significados vividos. En tal sentido se observará la ausencia de toda racionalización o conceptualización en los momentos cumbres del discurso. Es de notar que Alicia se ha referido al doloroso suceso sólo al comienzo de su psicoterapia en la primera o segunda sesión. Lo hizo de modo anecdótico, superficial, afectivamente neutralizado; solamente ahora pudo volver sobre lo que

en realidad ha constituido para ella un núcleo central en su trama conflictiva. Este discurso se desarrolla ahora plenamente en el campo emocional y es en el que encontrará solución definitiva a su tiempo (el de Alicia); sólo así podrá rehacerse la experiencia traumática de una niña de 10 años que descubre el cadáver de su hermana en el fondo de la piscina y que, por añadidura, es culpabilizada de «descuido» respecto a ésta por los adultos, según ella manifiesta, objetivamente o no.

Para quienes operamos desde un ángulo del Enfoque Centrado en la Persona, no escapará el papel fundamental que juega aquí el proceso de comprensión empática del terapeuta respecto del dramático discurso de Alicia. Otros elementos destacables son el continuo centramiento en el paciente y la no directividad, aun cuando algunas sugerencias del terapeuta violentan, aunque oportuna y eficazmente, el principio general siempre sujeto a excepciones, como es el caso.

Considero este trabajo una aplicación ilustrativa de una modalidad del Enfoque Centrado en la Persona, en este ejemplo, a la preciosa técnica del Ensueño Dirigido de Robert Desoille.

El autor, de orientación rogeriana, presenta en este trabajo una sesión completa de psicoterapia según la modalidad creada por el francés Robert Desoille, denominada «Rêve Eveillé Dirigé» (Ensueño Despierto Dirigido). El ensueño despierto dirigido presenta una analogía con los acontecimientos realmente vividos, sintetizados en un escenario imaginario que nos ayuda a comprender el fondo afectivo que determina el comportamiento neurótico del paciente. Constituye igualmente un ejemplo valioso de la importancia crucial que juega la experiencia emocional correctiva en los significados del paciente. La comprensión empática del terapeuta, junto a la localización constante en el paciente y la actitud no-directiva, juegan igualmente un papel central.

Palabras clave: ensueño dirigido, imaginario, empatía, significado vivido.

Nota Editorial: Este artículo se publicó originalmente en *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, vol. II, n° 3, pp. 252-262, 1993. Agradecemos el permiso para su publicación.

Referencias bibliográficas:

- ARTILES, M.F. (1975). *La actitud psicoterapéutica. En torno a Carl Rogers*. Buenos Aires: Ed. Bonum.
DESOILLE, R. (1975). *Lecciones sobre Ensueño Dirigido en psicoterapia*. Buenos Aires: Amorrortu.
ROGERS, C. (1966). *La psicoterapia centrada en el cliente*. Buenos Aires: Paidós.

REVISTA DE PSICOTERAPIA

EDITA:

REVISTA DE PSIQUIATRIA Y PSICOLOGIA HUMANISTA, S.L.

Dirección y Redacción:

**REVISTA DE PSICOTERAPIA
APARTADO DE CORREOS 90.097
08080 BARCELONA
Tel.: (93) 321 7532**

Gestión y Administración:

**REVISTA DE PSICOTERAPIA
GRAO (SERVEIS PEDAGOGICS, S.L.)
c./ Francesc Tàrrega, 32-34
08027 BARCELONA
Tel.: (93) 408 0464
Fax: (93) 352 4337**