

El nacimiento de nuestro yo



El nacimiento de nuestro yo se explica a través de los procesos de maduración y aprendizaje, a partir de la adquisición de nuestras habilidades sensoriomotrices. Este nacimiento y crecimiento, el de nuestro yo, es tan importante porque es el centro del aparato psíquico, el núcleo de nuestros deseos, actividades e inhibiciones.

Tras el nacimiento de nuestro yo, este comienza a relacionarse con los objetos de sí mismo. Primero son objetos externos pero sentidos como propios por el niño, y poco a poco se van realizando internalizaciones y formando estructuras psíquicas que cohesionan el yo.

El progreso del nacimiento de nuestro yo

Cuando el niño nace, no se distingue a sí mismo del mundo, y realiza las primeras introyecciones donde no diferencia la imagen del objeto y la imagen de sí mismo. Gracias a nuestra

matriz afectiva, comenzamos a diferenciar y discriminar los límites yoicos (de nuestro yo).

Entre el primer y el segundo año de vida, las capacidades cognitivas del niño aumentan, y comienza a reconocer los roles en las interacciones interpersonales. Poco a poco comienza la identificación, discriminando entre el sujeto y el objeto.

Finalmente, la identidad del yo es producto de la función sintética, donde los objetos están ligados e integrados de forma coherente. Es el nivel más alto de la estructura del yo, que en parte ocurre debido a la interacción entre sí mismo y los objetos.

El estadio del espejo como formador del yo

Un momento muy importante del nacimiento de nuestro yo ocurre entre los seis y los dieciocho meses de vida. En esta etapa, el niño experimenta intentando reconocerse en el espejo, se interesa por esa imagen y le da cierto placer jugar con esa sensación.

El espejo es una metáfora que se refiere al ser humano que está alrededor. Poder reconocer el cuerpo real y el espacio imaginario es un signo del buen desarrollo humano, sin fragmentación del yo. Un padre o madre que no cuida a su bebé o que le hace daño, sostiene su imagen, pero al mismo tiempo puede estar produciéndole una fragmentación, que puede derivar en procesos psicóticos.

En estas edades, un bebé no se agarra a cualquiera y cuando lo hace, a veces puede angustiarse porque la imagen que ve no refleja lo que ellos esperan. Por ejemplo, cuando el bebé ve a su madre en lugar de ver a un desconocido. El niño no reconoce a la madre con seis meses, sino que se reconoce mediante ella.

El nacimiento de nuestro yo cohesionado se construye a partir

de una relación estable con los objetos de sí mismo, basándose en las experiencias de satisfacción que ha ido experimentado en diversos momentos. Es decir, el niño se va fundiendo con la imagen que ve de sí mismo (alienación originaria).

La individuación

El proceso por el cual una persona se convierte en sí-mismo, en totalidad, se llama individuación. Cuando se logra completar este proceso, el inconsciente y el consciente integran el “yo” en una personalidad más amplia.

Se trata de un proceso de unificación, purificación y descubrimiento del propio ser. El logro se manifiesta cuando aparecen imágenes arquetípicas del sí-mismo.

Las 3 funciones del yo

Cuerpo y mente están unidos y fusionados y ambos se relacionan e influyen recíprocamente. Nuestro “yo”, es decir, la unión cuerpo-mente, cumple tres funciones principales:

- **Control:** el yo tiene una función de control y regulación de los impulsos instintivos. Mediante señales de tanteo o inhibición establece defensas ante posibles estímulos amenazantes.
- **Adaptación:** nuestro yo se relaciona con la realidad externa e interna, intentando adaptarse a ella.
- **Integración:** se refiere a la capacidad del yo para integrar los diferentes aspectos de nuestra vida.

Para conseguir una mejor adaptación a la realidad, nuestro yo posee la capacidad de defendernos contra el flujo excesivo de energía pulsional. En definitiva, el yo parece autónomo, como si fuera una síntesis de funciones.

La autonomía del yo

Nuestro “yo” esta formado por dos estructuras. *La estructura yoica primaria* es una esfera del yo libre de conflicto con el “ello” (sede de los impulsos). Más tarde fue llamada “funciones autónomas primarias del yo” que corresponden con la memoria, el pensamiento y el lenguaje. Estas funciones no surgen como defensas contra los impulsos (ello).

La energía arrancada del “ello” (impulsos) es neutralizada gracias a la transformación de las energías libidinales instintivas y agresivas hacia energías no instintivas. Hartmann lo denominó “autonomía primaria” al desarrollo autónomo del yo que no surge de la lucha contra los impulsos y deseos.

Por otro lado, *la estructura yoica secundaria* o las funciones secundarias del yo surgen ante el cambio de función. Este cambio comprende el paso de una estructura yoica en conflicto contra la pulsión, la realidad o la moral hacia una esfera sin conflictos.

Junto con otros autores, fueron Freud con la psicología del ello, Hartmann con la psicología del yo, Kohut con la psicología de sí mismo los máximos exponentes en colocar al “yo” en el centro del universo psicológico. Desde los distintos puntos de vista psicoanalíticos se puede comprender mejor cómo se produce el nacimiento de nuestro yo.

Fuente: lamenteesmaravillosa