

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**Relación entre la interpretación de sueños con enfoque Junguiano
y el proceso de Individuación**

Proyecto de investigación

Diana Carolina Riofrío Reyes

Psicología General

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de Licenciada en Psicología General

Quito, 27 de abril del 2017

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**Relación entre la interpretación de sueños con enfoque Junguiano y el
proceso de Individuación**

Diana Carolina Riofrío Reyes

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Jaime Costales, Ph.D.

Firma del profesor

Quito, 27 de abril del 2017

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Diana Carolina Riofrío Reyes

Código: 00110080

Cédula de Identidad: 1721742011

Lugar y fecha: Quito, 27 de abril del 2017

RESUMEN

Antecedentes. La interpretación de sueños es una herramienta psicoterapéutica que ha sido utilizada desde el Psicoanálisis para evidenciar la significación del inconsciente mediante el simbolismo de los sueños (Samat, 1998: 1); posteriormente Carl Gustav Jung en su Psicología Analítica propone el enfoque junguiano arquetipal para la interpretación de sueños. Esta tesis se enfoca en estudiar las experiencias de pacientes del Centro de Psicología Profunda AION con el objetivo de observar cómo la interpretación de sueños con un enfoque junguiano ha influenciado en su proceso de individuación, a la vez que busca conocer la relación que existe entre estos dos procesos de la psicología profunda una vez que son aplicados a la vida de los pacientes.

Metodología. Se estudiará una muestra de 6 pacientes del Centro de Psicología Profunda AION, quienes serán analizados por la directora del centro, psicóloga clínica junguiana. Para retratar la experiencia de los participantes se utilizará métodos cualitativos de investigación como entrevistas pre y post terapia mediante las que se podrá documentar sus experiencias y observar el desarrollo de su proceso de individuación a través del uso de la herramienta de la interpretación de sueños.

Resultados. Los resultados esperados según la bibliografía utilizada concuerdan con lo que se observará en las entrevistas: una estrecha relación entre el lenguaje inconsciente de los sueños decodificados bajo el enfoque junguiano y la toma de consciencia e integración de los arquetipos en el proceso de individuación de cada paciente.

Conclusiones. Existe una estrecha relación de influjo entre la interpretación de sueños con un enfoque junguiano y el proceso de individuación de los pacientes a los cuales se les aplicará tal sistema interpretativo, ya que presenta efectos positivos en el funcionamiento psicológico y progreso en el autoconocimiento de los participantes.

Palabras clave: Interpretación de sueños, Arquetipos, Proceso de individuación, Si mismo, Psicología Analítica Junguiana.

ABSTRACT

Background. The interpretation of dreams is a psychotherapeutic tool that has been used from Psychoanalysis, in order to evidence the significance of the unconscious through the symbolism of dreams (Samat, 1998: 1). Carl Gustav Jung in his Analytic Psychology proposes the Jungian Arquetipal approach to the interpretation of dreams. This thesis focuses on studying patients' experiences from the AION Jungian Psychology Center, with the objective of observing how the process of interpretation of dreams, through a Jungian approach, influences patients' individuation process. Furthermore, it seeks to understand the relationship between these two processes of analytical psychology when applied to the lives of patients.

Methodology. A sample of 6 patients from the AION Jungian Psychology Center will be studied. They will be analyzed by the director of the center, a Jungian Clinical Psychologist. In order to document participants' experiences we will use qualitative research methods, such as pre and post therapy interviews, that along with the use of the dream interpretation tool, will allow us to observe the development of participants' individuation process.

Results. The results expected according to the bibliography used, agrees with what we will observe in the interviews: a close relationship between the unconscious language of dreams, decoded under the Jungian approach, and the awareness and integration of the archetypes in the individuation process of each patient.

Conclusions. There is an interconnected relationship between the interpretation of dreams, through a Jungian approach, and the process of individuation of the patients, to whom this interpretive system will be applied. This is due to the positive effects of both processes on the psychological functioning and progress of the participants' self-knowledge.

Key words: Interpretation of dreams, Archetypes, Individuation Process, Self, Jungian Analytical Psychology.

TABLA DE CONTENIDO

Resumen.....	4
Abstract.....	5
INTRODUCCIÓN.....	8
Introducción al problema.....	9
Antecedentes.....	10
Pregunta de Investigación.....	12
Significado del estudio.....	12
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.....	13
Formato de revisión de la literatura.....	13
Lenguaje simbólico.....	14
Historia de la interpretación de sueños en la psicología.....	15
La función de la interpretación de sueños según la Psicología Analítica Junguiana.....	16
Interpretación de los sueños.....	17
Arquetipos.....	19
El Sí mismo y el proceso de individuación.....	20
METODOLOGÍA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	23
Justificación de la metodología seleccionada.....	24
Herramientas de investigación.....	24
Descripción de los participantes.....	26
Reclutamiento de los participantes.....	26
Consideraciones Éticas.....	28
ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN.....	28
Resultados esperados.....	28
Discusión.....	30
CONCLUSIONES.....	33
Limitaciones del estudio.....	33

Recomendaciones para futuros estudios.....	33
BIBLIOGRAFÍA.....	35
ANEXOS.....	40
Anexo A : Carta para reclutamiento de participantes.....	40
Anexo B: Formulario de consentimiento informado.....	41
Anexo C: Herramientas para el levantamiento de la información.....	44
Anuncio para reclutamiento de participantes.....	44
Entrevista inicial sobre el proceso de individuación.....	45
Entrevista final sobre el proceso de individuación.....	46

INTRODUCCIÓN

El sueño es la puerta más pequeña para penetrar en el santuario más recóndito y profundo del alma y acceder a esa noche cósmica primordial en la que descansa desde mucho antes de que existiera un ego consciente y que se extiende mucho más allá de lo que el ego podrá jamás alcanzar.

CARL GUSTAV JUNG, Recuerdos, sueños y pensamientos.

Carl Gustav Jung, fundador de la Psicología Analítica (1948-1974), expone la interpretación de sueños bajo la premisa de considerar al inconsciente como una fuente creativa de la psiquis, en divergencia a la visión de Freud y el Psicoanálisis que definía al inconsciente como la parte de la psiquis donde se ubica el contenido reprimido. (Oberst, s.f :1) La interpretación de sueños devela el lenguaje simbólico del inconsciente. Asimismo, “El proceso de individuación se manifiesta en símbolos e imágenes; es decir, en los impulsos creativos que están simbolizados en los sueños, fantasías, y el trabajo creativo, así como también en los síntomas y conflictos neuróticos” (Roesler, 2016: 2). Con el propósito de explicar por qué la interpretación de sueños se relaciona con el proceso de individuación autores como Hocheimer, Von Franz y Progroff entre otros han estudiado cómo ésta puede ayudar, mediante un lenguaje simbólico, a la solución de conflictos intrapsíquicos y de esta forma preparar a la mente consciente para el proceso de individuación.

Sustentándose sobre esta base teórica, este estudio pretende observar cómo la interpretación de sueños con enfoque junguiano se relaciona con el proceso de individuación de pacientes que no presentan una psicopatología pero que están dispuestos a indagar en los símbolos de su inconsciente para integrarlos y avanzar en su camino hacia la individuación. En el Ecuador la Psicología Profunda es una práctica emergente. Esto se puede constatar en el hecho que la Fundación Carl Gustav Jung, ubicada en Quito, es la única institución que consta como miembro en desarrollo de la IAPP (International Association for Analytical Psychology).

A continuación se introducirá al problema de la presente investigación, se procederá a dar un marco teórico presentando la revisión bibliográfica en la cual se profundiza en conceptos como la Psicología Analítica Junguiana, la interpretación de sueños, los diferentes arquetipos, el arquetipo del Sí mismo y el proceso de individuación y posteriormente revisar la metodología que se llevará a cabo en esta investigación dentro de la que se incluirán los relatos de las experiencias de los pacientes. Finalmente se expondrán los resultados y la discusión que se genere acerca de estos.

INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA

Esta investigación nace con el objetivo de explicar bajo qué parámetros y procedimientos se realiza la interpretación de sueños en el enfoque junguiano y cuáles son sus efectos en el proceso de individuación de los pacientes, trabajando con la hipótesis de que al indagar en los símbolos del inconsciente, se facilitará la movilización de energía psíquica que contribuirá a la resolución de conflictos intrapsíquicos y a su vez ayudará al proceso de individuación de los participantes. Tal como lo dice González (2004: 60) (...) “los patrones de comportamiento específicos de la energía psíquica o actores psíquicos llamados arquetipos, se manifiestan en los sueños como fuerzas de renovación y transformación que al decodificarse guían y contribuyen al progreso del proceso de individuación.” A través del estudio cualitativo y la observación de las experiencias oníricas de 6 pacientes del Centro de Psicología Profunda AION, esta investigación pretende determinar la naturaleza y la relevancia de los efectos que produce la interpretación junguiana de sueños en los procesos de individuación de los pacientes en el contexto de la intervención terapéutica individual y grupal. A continuación se profundizará sobre estos conceptos y posteriormente se explicará la metodología de investigación.

ANTECEDENTES

La interpretación de sueños ha sido una técnica utilizada desde las civilizaciones más antiguas. Según la antropóloga canadiense Sophie Jama, quien documenta en su libro *Antropología del sueño* (1997: 12), las interacciones entre las varias civilizaciones y los sueños datan de un tiempo inmemorable.

A lo largo de la historia y en todos los contextos el ser humano ha dado gran importancia a los sueños. En el antiguo Egipto (2.000 años A.C.) se consideraba a los sueños como predictores del futuro. La mitología griega cuenta con personificaciones de los sueños llamados Oniros, quienes según varios autores (Hesíodo, Eurípide, Ovidio, Homero) comparten la característica de encarnar los sueños como personajes que visitan a los seres vivos. En la Roma antigua los sueños podían ser indicativos de malos augurios o la pérdida de una batalla (Levi, 2006: 155). En la filosofía occidental, el sueño es mencionado por Platón en *La República* como una manifestación nocturna de los deseos diurnos reprimidos. Dentro del chamanismo, los sueños también han tenido mucha importancia. En la Amazonía Ecuatoriana se han documentado sobre pueblos indígenas como por ejemplo los Záparas, estudiados por la etnóloga Anne-Gaël Bilhaut, para quienes los sueños son una ventana para dialogar con los espíritus (Bilhaut, 2011: 41).

En 1913, el psiquiatra y psicólogo suizo Carl Gustav Jung estableció la Psicología Analítica también llamada Psicología Profunda. En ésta se conceptualiza el proceso de individuación como un proceso de evolución natural de la psique que se direcciona hacia la toma de consciencia del Sí mismo, ser individual, autónomo e indivisible (González citando a Jung, 1992: 58), en otras palabras la maduración y autorrealización individual. Este proceso se da por medio de la integración de los opuestos, de lo consciente e inconsciente, mediante la activación y confrontación de los arquetipos como “tendencias o entes potenciales”

(González citando a Progroff, 1967: 58) logrando así la integración del individuo con la totalidad (González citando a Hochheimer, 1968: 62).

El estudio de los sueños en psicología tiene sus albores con el psicoanálisis en 1896. Posteriormente, Jung describe al inconsciente como una fuente creativa a diferencia de Freud quien lo consideraba como todo el contenido reprimido del individuo (Jung, 1992: 58) Los sueños según la Psicología Analítica Junguiana son (...) “un estado de la psiquis creativa y curativa en el cual el inconsciente se comunica con el consciente a través de un lenguaje simbólico con la finalidad de resolver conflictos intrapsíquicos.” (Jung, 1992: 59). Los sueños aportan al equilibrio de la persona; las imágenes son interpretadas a través de su simbolismo y este permite la unión e integración entre consciente e inconsciente, es así como esta integración produce un progreso en el proceso de individuación. Como menciona Jung (1968: 60) es necesario (...) “comprender en cada caso individual a través de los sueños, las tendencias curativas del individuo a fin de activarlas mediante la participación consciente y ayudar a que orienten la auto curación.”

Según la IAPP (International Association for Analytical Psychology), la Fundación Carl Gustav Jung del Ecuador pertenece a la categoría de «grupos en desarrollo», “que constituyen agrupaciones en las que no existen miembros de la IAAP, sino personas interesadas en divulgar la psicología analítica”, a diferencia de las 60 comunidades en 28 países alrededor del mundo que constan en la categoría de miembros individuales (González, 2004: 56). Esto nos indica que en el Ecuador la Psicología Analítica de Jung está en un proceso de desarrollo dentro del cual considero que este estudio puede ser un aporte ya que busca constatar la experiencia terapéutica de la interpretación de sueños en nuestro contexto social y sus efectos en el progreso del proceso de individuación del pequeño número de casos estudiados (6).

Pregunta de investigación: ¿Cuál es el impacto de la interpretación de sueños con enfoque junguiano en el proceso de individuación de los participantes de este estudio de caso?

Significado del estudio:

La importancia de esta investigación radica en contribuir al estudio del estado onírico y los beneficios que ejerce en la vida cotidiana y la individuación de los pacientes. Se logrará esto en cuanto se enfoque en la descripción y estudio de las experiencias de pacientes que han tenido una intervención utilizando la herramienta de la interpretación de sueños, al mismo tiempo que analiza sus efectos en la evolución del proceso de individuación de cada uno ellos.

En consecuencia, la utilidad del presente estudio se ubica en la presentación de experiencias reales en las que se evidencia una relación importante entre la interpretación de sueños y el proceso de individuación. Una relación en la cual ambos se complementan con el fin de orientarse hacia la maduración psicológica y el autoconocimiento de los pacientes estudiados.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

Revisión Bibliográfica

Fuentes

La bibliografía utilizada en esta investigación proviene de artículos científicos así como de libros. Algunos de los autores fundamentales que se presentan en este estudio son C.G Jung, Von Franz, Conmandini, Schultz y Gonzáles.

Las palabras claves son: lenguaje simbólico, interpretación de sueños, arquetipos, Sí mismo, proceso de individuación y Psicología Analítica Junguiana.

Los recursos virtuales han sido obtenidos de bases de datos como Google académico, Dialnet, y EBSCO.

Formato de revisión de la literatura

La revisión de la literatura consultada está enfocada en los temas del lenguaje simbólico, la función de los sueños, su interpretación, los arquetipos, el Sí mismo y el proceso de individuación. Esta revisión está hecha por concepto e integra todos aquellos propuestos anteriormente mencionados, vinculándolos con el tema central de la tesis: la relación entre la interpretación de sueños y el proceso de individuación.

Lenguaje simbólico

Como postula Jung en su libro *El Hombre y sus Símbolos* (1995: 55), un símbolo es (...) “un término, nombre o imagen que a pesar de que nos sea familiar en la vida cotidiana, posee implicaciones que van más allá de su significación convencional y evidente. Los símbolos implican algo vago, desconocido y escondido para nosotros.” De esta manera, la imagen simbólica se utiliza para representar y definir conceptos que no entendemos plenamente. Asimismo, en esta obra, Jung describe la función que cumplen los sueños y el lenguaje simbólico que se presenta en ellos, asegurando que los sueños son el campo más accesible para quien quiere estudiar la simbolización del hombre.

La diferencia que establece Jung entre el símbolo y el signo radica en su significado. Un símbolo no tiene una relación concreta ni es algo puramente abstracto, a diferencia del signo. Por lo tanto, el símbolo está vivo mientras esté repleto de significado y represente algo desconocido, “Un símbolo y no simplemente un signo es inagotable, una metáfora infinita.” (Jung, 1985: 816).

Según Robertson (1998: 178) “Los símbolos preceden a la comprensión consciente y se pueden reducir a un signo cuando estos son totalmente comprendidos.”, “Todo producto psíquico, si es la mejor expresión de la que se dispone en ese momento para un hecho todavía desconocido o solamente conocido de manera relativa, puede ser considerado un símbolo.”(Jung, 1985: 817). Por lo tanto lo importante de los símbolos de la psique es el significado vivo que estos contienen, el cual se expresa a través de la energía psíquica inconsciente.

La realidad es percibida a la vez de manera consciente e inconsciente dado que su percepción no se limita únicamente a los sentidos. Es también percibida por símbolos inconscientes que por medio de su correcta decodificación permiten captar la realidad psíquica de una manera más plena. Es así como “El aspecto inconsciente de las situaciones nos es

revelado por el sueño, o se nos manifiesta por una imagen simbólica, mas no por un pensamiento racional” (Jung, 1995: 53).

Historia de la interpretación de sueños en la psicología

El estudio de los sueños en la psicología occidental tuvo su comienzo en 1907 con Sigmund Freud quien afirmaba que el inconsciente es el fondo del consciente. Sigmund Freud pensaba que “ el deseo onírico reprimido por instancias mentales superiores mueve el mundo subterráneo, lo sofocado en las profundidades del alma encuentra por la vía del sueño, un camino para abrirse a la consciencia.”(Sierra, 2009: 2)

El contenido que se manifiesta en los sueños tiene que ver con el cumplimiento de deseos inconscientes. El tema y significado verdadero del sueño se muestran en el contenido latente y se expresan por las imágenes o guion onírico, el cual es el contenido manifiesto (Feldman, 2010: 138).

Freud empleó la asociación libre como técnica de análisis para descifrar los esquemas fundamentales que operaban en el inconsciente de sus pacientes. Él pensaba que en el momento en que se guía al paciente a hablar y comentar sobre las imágenes de sus sueños éstas revelarían el fondo inconsciente de sus problemas, descubriendo la experiencia desagradable que la persona quiere omitir. Para Sigmund Freud los símbolos que aparecían en los sueños surgían de una represión e insatisfacción imaginaria (Jung, 1995: 27).

La ruptura entre Freud y quien fuera su discípulo, Jung, se genera justamente en las diferencias conceptuales que existieron entre ambos sobre la concepción muy diferente de lo inconsciente y la libido, lo cual incluye la interpretación del contenido onírico. Para Jung, los sueños tienen una relevancia única gracias a su función significativa en la estructura de la psique. Los sueños contienen arquetipos que no expresan únicamente deseos reprimidos

ligados a la sexualidad (Hyde, 2002: 39). De esta manera, Jung establece su propia teoría y empieza a profundizar en el contenido y forma de los sueños en su esencia misma, en lugar de solamente decodificarlos en base a las asociaciones libres que se pudiesen presentar en busca de una significación específica proveniente del inconsciente. Sin tener un orden pre establecido para analizar los sueños, Jung se decantó más bien a interpretarlos tomando en cuenta los arquetipos (símbolos propios del inconsciente colectivo) y su relación con el contexto individual de la persona. (Jung, 1995: 53).

La función de la interpretación de sueños según la Psicología Analítica Junguiana

Según la teoría de Jung los sueños cumplen dos funciones principales: la función complementaria y la función trascendente. “La función complementaria o compensadora es la que se encarga de restablecer el equilibrio psicológico entre consciente e inconsciente reconstruyendo el equilibrio total del psiquismo” (Jung, 1995: 49). Esta función se dirige al interior en busca de orientación y energía para poner en tela de juicio los valores heredados y abandonar los aspectos obsoletos (Jung, 1995: 50). Por otro lado, la función trascendente es la tendencia curativa que aparece en los sueños. “Una tendencia prospectiva que nos ayuda a prepararnos para experiencias y hechos que esperamos que ocurran” (Schultz, 2010: 118).

Los sueños a la vez constan de una capacidad premonitoria anunciando ciertas situaciones antes de que estas se produzcan y advirtiendo el riesgo que puede haber en éstas. Esto se da, según Jung (1995:51) dado a que:

las crisis constan de una larga historia inconsciente, a la cual nos vamos acercando paso a paso sin darnos cuenta del riesgo que se acumula , el cual se escapa de nuestra consciencia pero es percibido por nuestro inconsciente quien nos transmite la información por medio de los sueños.

En este sentido, los sueños compensan las deficiencias de la personalidad y al mismo tiempo advierten el riesgo que puede tener nuestro accionar. “El mensaje subliminal de los sueños pueden contener necesidades, pulsiones, percepciones, intuiciones, inducciones, deducciones, premisas, etc. El contenido se vuelve inconsciente, en su mayoría dado a que no se logró procesar en el estado consciente.” (Jung, 1995: 37).

De esta manera, la estabilidad mental es un equilibrio entre el consciente e inconsciente que tienen que estar integrados a fin de evolucionar complementariamente. De ahí que los sueños y su interpretación, al (...) “transmitir información desde la parte primitiva a la parte racional de nuestra mente enriquecen la estrechez de la consciencia para que ésta sea capaz de comprender el lenguaje olvidado de los arquetipos.” (Jung, 1995: 43), que son los actores principales del sueño los cuales tienen que ir transformándose e integrándose al arquetipo central, el Si-Mismo el cual va surgiendo durante todo el proceso de individuación.

Interpretación de los sueños

Para Jung, la complejidad significativa de los sueños radica en que no expresan un mensaje regido bajo los esquemas de pensamiento del Yo. Todas las ideas del consciente están teñidas de contenido inconsciente, el cual tiene una significación psíquica que amplifica el sentido convencional de la realidad. (Jung, 1995: 22- 28). “Cada persona tiene una percepción diferenciada del carácter intelectual y afectivo de los símbolos y términos subliminales dado que esta percepción se define por el contexto singular y particular de cada persona. Para poder interpretar un sueño se tiene que tomar en cuenta esta percepción diferenciada de los símbolos que se manifiestan en él”, puesto que “Ningún símbolo que aparece en el sueño puede ser abstraído de la mente individual y no tiene una interpretación determinada dado que la manera en que el inconsciente completa o compensa la consciencia varía de un individuo al otro” (Jung, 1995: 52). Es por esto que en su libro *El Hombre y sus Símbolos*, (1995: 56) Jung nos

recomienda aprender todo sobre el simbolismo y después olvidar todo al momento de analizar un sueño.

Es importante mencionar que todo contenido psíquico se caracteriza por tener sentido y valor (Jung, 2011: 34) el cual se produce mediante un juicio intelectual y un juicio de valor. Dentro de la interpretación de sueños, más allá del intelecto es importante tomar en cuenta la función de sentimiento, mismo que da la intensidad de valor que tiene cada contenido psíquico. “La totalidad representada por el Sí-mismo ocupa el más alto escalón en los objetivos de los valores.” (Jung, 2011: 38).

Generalmente la totalidad se presenta mediante los símbolos de la cuaternidad y los mandalas en los sueños, que expresan la unión de contrarios. “Los mandalas aparecen en los sueños de pacientes en periodos de reorientación psíquica, transformando el caos en un cosmos.” (Jung, 2011: 38).

La interpretación de sueños tiene que ir más allá de la función del intelecto. Se tiene que tomar en cuenta la función valorativa de los símbolos que es el sentimiento, dado que éste es (...) “el componente integrador de la orientación de la consciencia, fundamental para el proceso psicológico.” (Jung, 2011: 38). La propiedad valorativa nos indica (...) “en qué medida el sujeto se ve afectado por el proceso o cuánto significa para él.” (Jung, 2011: 39) El contenido intelectual nos sirve para comprender parcialmente pero no llega a la sustancia interior del hecho.

Una de las características de la psicología junguiana ha sido la revalorización de la función del sentimiento puesto que ve en éste una (...) “función psicológica de orientación la cual da sentido a la relación, tanto en dirección extravertida con los otros, como por vía introvertida con nosotros mismos y nuestras propias instancias interiores” (Comandini, 2016: 79). El sentimiento al estar conectado con el eros, se convierte en un “factor de cohesión y de

intercambio entre diversos: aquello que más se necesita en la recuperación de la consciencia adecuada para una humanidad desconectada, tanto de sí misma como del propio contexto.” (Comandini, 2016: 79).

Jung (1995: 161) afirma que:

Los sueños son continuos y en ellos existen ciertos contenidos que surgen, desaparecen y reaparecen. El contenido del sueño los personajes, imágenes y símbolos tendrán una transformación a lo largo del tiempo que es perceptible y que se puede acelerar si se influencia la actitud del soñador con una correcta decodificación de la simbología arquetípica.

Es por esta razón que los sueños son un estado psicológico en el que se produce una ampliación de la consciencia con el fin de mostrarnos la realidad inconsciente la cual se expresa en un lenguaje simbólico que vive transformaciones a lo largo del proceso de individuación del soñante. **En su interpretación se tiene que tomar en cuenta la historia del individuo para no caer en asociaciones y suposiciones propias del terapeuta.**

Arquetipos

Anteriormente, Freud los llamó “residuos arcaicos”, elementos hereditarios de la mente humana. Después, Jung los llama ARQUETIPOS o imágenes primordiales que, dentro de la simbología onírica, son los símbolos básicos y patrones recurrentes del inconsciente colectivo.

“Los arquetipos se construyen a través de la simbología representativa de alta emocionalidad y nos muestran las tendencias de motivos de las representaciones en las que los detalles pueden variar considerablemente sin perder su esquema fundamental” (Jung, 1995: 67). Estos son “representaciones originarias de nuestra consciencia” (Jung, 1995: 67) y son heredados por ella. Se pueden hallar en las fantasías, sueños, delirios e imaginaciones de los

individuos actuales. Entre los principales arquetipos pueden mencionarse el *Ánima*, *Animus*, *Sombra*, *El Anciano Sabio*, *el Sí mismo*, etc. Estos se manifiestan principalmente por imágenes. (Jung, 1995: 67).

Las imágenes arquetípicas, Jung las define como entidades numinosas. *Numinosum* “Es el concepto creado por Rudolf Otto para lo indecible, lo enigmático, lo horripilante, lo completamente distinto, la propiedad experimentable directamente solo en lo divino que le incumbe.” (Jung, 1954: 480). Como expresa Torres (2007: 1) lo numinoso es “aquello que nos desborda y nos pone en contacto con una realidad superior.”

El sí mismo y el proceso de individuación

Según Jung (1954: 479-480) el *Sí mismo* es el arquetipo central, el cual comprende la psique consciente e inconsciente. Este se muestra como “eidos (idea) de todas las supremas representaciones de la totalidad y la unidad.” (Jung, 2011: 40).

La consciencia aproximativa del *Sí mismo*, en su totalidad, es inalcanzable, esto debido a que siempre va a existir una cantidad indeterminable del inconsciente que pertenece esa totalidad. Como menciona Jung, la consciencia del *Sí mismo* es (...) “no solo el centro, sino también aquel ámbito que encierra la consciencia y el inconsciente; es el centro de esta totalidad como el yo es el centro de la consciencia” (1976: 69). En otras palabras el *Sí mismo* representa (...) “la unidad, la armonía e integridad de la personalidad total.” (Schultz, 2010: 112). Esta integridad entonces (...) “sobrepasa al hombre corriente y lo incluye en una totalidad que trasciende el yo individual y la consciencia” (Hyde, 2002: 175).

La integración de los contenidos inconscientes que representan partes del *Sí mismo* permiten una ampliación de consciencia. Es importante recalcar que “mientras más contenidos inconscientes se asimilen al Yo y cuanto más importantes sean estos, más se aproxima el Yo

al Si-mismo, aun así cuando la aproximación pueda ser interminable.” (Jung, 2011: 29) de esta manera como lo describe Schultz “El Yo llega a un punto de equilibrio entre las fuerzas antagónicas del consciente e inconsciente.” (Schultz, 2010: 112).

Para que el Yo se dirija al Sí mismo es imprescindible tener una actitud crítica del yo frente al inconsciente. “La crítica tiene que conseguir imponer al Yo límites según las normas humanas generales y por otra conceder una relativa autonomía y realidad de naturaleza psíquica a las figuras del inconsciente.” (Jung, 2011: 38). En la vía hacia el Sí mismo el Yo tiene que romper el miedo a lo inconsciente e ir progresivamente tomando consciencia de cada arquetipo principal como El Anima, El Animus, e integrar a la Sombra para constituir una experiencia psíquica completa.

La individuación, bajo el enfoque junguiano, es el proceso por el cual “la persona se vuelve un individuo psicológico, una unidad particular e indivisible en una totalidad realizando todas sus cualidades personales como colectivas” (Prado, 1994: 58). Este proceso consiste en desarrollar las capacidades propias a través del trabajo con el arquetipo del Sí mismo guiado por el flujo del inconsciente. En este proceso los arquetipos se van transformando: “El primer arquetipo que se destrona es la persona, aceptando el auténtico sí mismo que la persona está ocultando.” (Schultz, 2010: 115). Al mismo tiempo, se tiene que integrar el Anima y Animus reconociendo las características y naturaleza del sexo contrario dentro de nuestra propia psique. Se requiere integrar la Sombra que constituye (...) “todas aquellas cualidades que no se adecuan a nuestra imagen ideal.” (Sánchez, 2015: 2)

Cabe recalcar que el proceso de individuación es un proceso único. Un proceso que se desarrolla a lo largo de la vida en la cual por medio de la exploración del inconsciente, el sujeto va integrando todos los arquetipos, encontrando así armonía psíquica y totalidad en la integración de opuestos. El proceso de individuación se da a lo largo de toda la vida con más

énfasis a partir de la segunda mitad de la vida, dado a que en la primera mitad el comportamiento está orientado más hacia la extroversión, hacia el mundo objetivo, a diferencia de la crisis que se da en la segunda mitad de la vida en la cual el individuo se dedica más al mundo subjetivo, (...) “la actitud deja de ser extrovertida y se vuelve introvertida. Los intereses dejan de estar en lo físico y lo emocional y se dirigen hacia lo espiritual, lo filosófico, lo intuitivo.” (Schultz, 2010: 114).

En la interpretación de sueños, Jung pudo observar que estos no sólo tratan diferentes partes de la vida del soñador sino que también juntos hacen parte de un tejido de factores psicológicos que obedecen a una disposición general que él llama el proceso de individuación.

Jung define al proceso de individuación como (...) “la realización espontánea del hombre total. Cuanto más Yo es este, tanto más se aparta del hombre colectivo (del que también forma parte) pudiendo incluso oponerse a él. Pero ya que todo lo vivo tiende hacia la plenitud, la inevitable unilateralidad de nuestra vida consciente queda continuamente corregida y compensada por el ser universal que hay en nosotros, cuyo fin es la integración última de la consciencia y del inconsciente o, mejor dicho, la asimilación del Yo en una personalidad más amplia.” (Bennet, 1974: 154).

El centro organizador del proceso de individuación es el Sí mismo que se constituye de la integridad de la psiquis original. Von Franz aclara que (1995: 161). “El Sí mismo como centro ha estado siempre presente en la historia de la humanidad. En las poblaciones más primitivas se lo imaginaba como un espíritu protector encarnado en un animal. Los egipcios lo llamaban Ba, los Griegos Daimon, etc.” Siempre ha constituido la guía interior que se distingue de la personalidad y se puede conocer a través de los sueños. El Sí mismo contribuye a la realización total de la psique, es el medio por el cual se adquiere una progresiva ampliación de la consciencia y el ser humano se auto realiza. “El proceso de individuación solo se puede dar

si la persona está consciente de su Sí mismo y vive en progresiva unión con él.”(Von Franz, 1995: 162) Por lo tanto al ser el Sí mismo el arquetipo central de la personalidad es a la vez la meta psicológica de cada ser humano dado que como lo dice Jung (1976: 206) éste es “la expresión más completa de la combinación del destino que se llama individuo. Las imágenes del Sí mismo traen a la vida del soñador un sentimiento de profunda paz, que es sentido como un regalo fortuito y una gracia sanadora.”

Von Franz (1995: 161) acota que:

Existe una tendencia reguladora y directora atrás de todo lo que nos lleva hacia un proceso de crecimiento psíquico. Este proceso no es un producto de la voluntad o de un proceso consciente sino es un proceso natural de la psiquis humana.

El Sí mismo debe consagrarse a la pulsión interior de crecimiento y realizar de manera única su proceso de individuación. La vía hacia la individuación en el cual el Yo vuelve a su Sí Mismo y empieza el camino de trascendencia, está relacionado a los sueños, dado que estos son la herramienta o el vehículo por el cual el contenido inconsciente se va haciendo consciente y se descifra todo el tejido inconsciente que se ha develado progresivamente en el material onírico, que sólo es comprensible por medio de su correcta interpretación. (Von Franz, 1995: 160-164).

METODOLOGÍA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El objetivo de esta investigación es observar y analizar las experiencias de pacientes del Centro de Psicología AION examinando la relación entre la interpretación de sus sueños y el proceso de individuación. La metodología que se utilizará para retratar las experiencias será cualitativa, por medio de entrevistas pre y post intervención psicoterapéutica que será llevada a cabo por la directora del centro, psicóloga clínica junguiana.

Justificación de la metodología seleccionada

Las experiencias vividas por los pacientes durante la terapia serán documentadas por medio de entrevistas, donde responderán a preguntas específicas que puedan brindar un marco amplio de información sobre cada una de las experiencias individuales y grupales.

La metodología cualitativa propuesta es pertinente para esta investigación dado que las entrevistas “Son métodos de recolección de datos no estandarizados en los cuales no es posible una medición numérica. Estas permiten obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes en su propio lenguaje y experiencia.” (Hernández, 2010: 358) Escogí el método cualitativo de entrevistas dado a que es el que mejor puede retratar la experiencia subjetiva de un individuo como, en este caso, son los sueños y el proceso de individuación.

Herramientas de investigación

Con la finalidad de cumplir el objetivo de esta investigación he diseñado un estudio descriptivo en el cual se aplicarán entrevistas a participantes provenientes del Centro de Psicología Profunda AION en Quito quienes serán reclutados por un método no probabilístico de conveniencia. Conjuntamente, para documentar las experiencias de estos participantes, se utilizará la entrevista pre y post tratamiento psicoterapéutico dado que éstas permiten lograr por medio de preguntas y respuestas una comunicación dialógica y a través de ella la construcción conjunta de significados respecto al tema de estudio (Janesick, 1998: 403).

Los pacientes del centro recibirán terapia individual por un periodo total de 1 año, con 2 sesiones de 1 hora por semana, paralelamente recibirán terapia grupal una vez por semana, ambas serán guiadas por una psicóloga clínica junguiana y constará con la interacción activa de los participantes. La terapia, tanto individual como grupal, se basará en el uso de la técnica de interpretación de sueños y algunas otras técnicas auxiliares propias de la psicología

junguiana como la imaginación activa, que consiste en “tomar una imagen o escena de un sueño del paciente o una idea que le hubiese venido a la imaginación como punto de partida para que utilizase el paciente como tema de libre actividad de la fantasía, dando forma al tema y desarrollándolo.” (Jung, 1954: 560-561). Comandini (2016: 74) define a la imaginación activa como “el diálogo imaginativo entre el yo y las figuras del inconsciente en la trama de recorridos individuales”; también se trabajará con dibujos representativos del sueño, y la técnica psicoterapéutica del psicografismo. El psicografismo según lo describe Durkheim (1989: 250):

Es un método de dibujo que se parece a una composición de signos. Se trata de un método meditativo-activo evocador que lleva al alumno a representar las imágenes primordiales del SER. El alumno sigue de esta manera, gradualmente, un proceso de conocimiento del camino y de Sí mismo en que al mismo tiempo afinan su consciencia de Sí mismo y sus capacidades sensoriales de percepción. El método permite rescatar del inconsciente, para después integrarlas, las energías ocultas que atestiguan la riqueza y la multiplicidad de formas potencias.

Es importante el uso de la imaginación activa y el psicografismo como técnicas auxiliares para la interpretación de sueños dado que éstas permiten que surjan imágenes del inconsciente que se asocian al contenido del sueño. Como lo explica Prado (1994: 87) “El sueño y la imaginación tienen una cualidad especial en común: su poder para convertir las formas invisibles del inconsciente en imágenes perceptibles por la mente consciente.”, permitiendo que esta sea “un canal a través del cual el material inconsciente fluye hacia la consciencia.”

Finalmente se describirá cómo ha sido la experiencia de los participantes antes y después del periodo de psicoterapia y cuáles son los resultados percibidos dentro de a su proceso de individuación.

Descripción de los participantes

Para realizar esta investigación se estableció el número de 6 participantes, 3 de sexo femenino y 3 de sexo masculino, de un rango de edad entre 40 y 60 años. Serán escogidos los participantes que no padezcan ninguna psicopatología.

Los participantes deberán tener el interés de explorar su inconsciente y enfocarse en su proceso de individuación, a la vez que la intención de acudir regularmente a terapia individual y grupal.

Reclutamiento de los participantes

Para reclutar a los participantes se colocará un anuncio en las instalaciones del Centro de Psicología Profunda AION. En el anuncio se solicitará la participación de personas que tengan la disposición e interés de explorar su inconsciente mediante la interpretación de sueños. Las motivaciones para la colaboración de los participantes serán la posibilidad de recibir psicoterapia con un costo bajo (cinco dólares por sesión) y el consiguiente bienestar psicológico que puedan evidenciar a lo largo del progreso de la terapia junto a la constante retroalimentación de parte de la terapeuta. De esta manera se podrá fortalecer la motivación intrínseca de los participantes, la cual es (...) “la propensión inherente a involucrarse en los propios intereses y ejercer las propias capacidades al hacerlo, buscar y dominar desafíos óptimos.” (Deci y Ryan, 1985: 83).

Esta (...) “surge de manera espontánea de las necesidades psicológicas y de los esfuerzos innatos de crecimiento” logrando que (...) “las personas actúen por su propio interés.” (Reeve, 2010: 83). Adicionalmente como mecanismo de motivación se utilizará el modelo cognitivo POPS (Prueba-Operación-Prueba-Salida) de Miller et al. Este mecanismo utiliza la motivación comparando el estado presente con el estado ideal que se quiere alcanzar,

para esto se explica a los pacientes las modificaciones en el ambiente y la estimulación que recibirán en la terapia a fin de alcanzar el estado ideal. Dentro del estudio, el estado ideal se refiere a los resultados esperados que los participantes desean tener progresivamente con respecto a la interpretación de sueños. La aplicación de este mecanismo se realizará con un intervalo de dos meses, si es que se alcanzan resultados satisfactorios y existe congruencia entre los dos estados, los participantes evidenciarán los cambios. Igualmente si existe incongruencia (...) “la disparidad motivará al individuo a operar sobre el ambiente.” (Reeve, 2010: 154), para lograr el objetivo deseado. Finalmente como recurso de motivación se ofrecerá en cada reunión de terapia grupal un refrigerio apetecible y gratuito para cada participante, lo cual será un factor para reforzar la motivación extrínseca. Ésta radica en fortalecer la motivación usando recursos externos a la persona para de esta manera dirigir la conducta hacia el objetivo deseado, que, dentro del estudio, es la asistencia y participación en terapia. La motivación extrínseca (...) “en lugar de participar en una actividad para experimentar las satisfacciones inherentes que esta puede dar, esta surja de algunas consecuencias independientes de la actividad en sí.” (Reeve, 2010: 84).

Para evaluar el funcionamiento cognitivo general de los participantes y asegurar que estos no padezcan ninguna psicopatología se les aplicara el Test de psicodiagnóstico MDI (Multiaxial Diagnostic Inventory) el cual ha sido diseñado para evaluar trastornos de personalidad y síndromes clínicos bajo los criterios diagnósticos del DSM-V. Puede utilizarse para evaluación psicológica, planificación y tratamiento.

Una vez hecha la selección, se explicará a los participantes la mecánica del proceso de investigación y el objetivo del estudio para finalmente firmar un consentimiento informado y así poder comenzar la psicoterapia individual y grupal que será la base sobre la cual se aplicará el diseño metodológico propuesto, es decir las entrevistas iniciales y finales.

Consideraciones Éticas

En este estudio se respetarán todas las consideraciones éticas requeridas para un estudio científico. En este sentido, todos los participantes tendrán que firmar un consentimiento informado previo a su participación. En él, se especificarán los objetivos, el proceso del estudio y se establecerá la premisa de que la participación es completamente voluntaria, lo que significa que los participantes podrán retirarse del estudio en cualquier momento que lo deseen. Esto representa un probable problema dado el pequeño número de participantes. Asimismo, se mantendrá el anonimato de los participantes mediante la asignación de un código que será manejado únicamente por quien realiza la investigación. Todas las entrevistas e información que se obtenga serán utilizadas únicamente para los fines del presente estudio. Se respetará plenamente la experiencia de cada participante con respecto a la información que se dé sobre sus sueños y su proceso de individuación. En definitiva se tomarán todas las consideraciones éticas necesarias para asegurar la integridad del participante.

Resultados esperados

Tras la investigación realizada en base a la literatura sobre los temas de investigación, los resultados esperados para este estudio son comprobar y describir la existencia de una estrecha relación entre la interpretación junguiana de sueños y el proceso de individuación de los participantes entendiendo la influencia de aquella como guía en este proceso. Dentro de ello se espera que los pacientes puedan decodificar sus sueños para reconocer los procesos psicológicos en los que hay conflicto y a través de ello exista un avance en su autoconocimiento para asegurar de esta forma una mejoría en el funcionamiento psicológico de cada participante.

La mejoría que se espera en los participantes debe ser “un avance significativo en estabilidad emocional una vez que se haya profundizado en la identificación e integración de los arquetipos.” (Schultz, 2010: 124).

Igualmente se espera un avance en el autoconocimiento de los pacientes que se evidencie en aspectos de su cotidianidad como en sus relaciones interpersonales y la relación consigo mismos. Finalmente, se espera que en general la vida de los participantes consiga un nivel de autenticidad más elevado lo cual pueda desembocar en una mayor satisfacción, autoestima y empatía.

Tendremos en cuenta como meta ulterior la autorrealización entendida bajo los parámetros de Maslow que la describe en los siguientes términos “La autorrealización no es una necesidad básica (de hecho la mayoría de los humanos viven sus vidas sin alcanzar la autorrealización) por esto es una elevada y trascendental meta-necesidad.” (Chang & Paige, 199: 9). Tholey (2012: 2) afirma que el autoconocimiento es la necesidad más alta de la psicología la cual nos lleva a un cambio en la estructura de la personalidad.

Se espera que el efecto implique una diferencia significativa en el estado psicológico de los participantes que pueda constatarse en las entrevistas pre y post psicoterapia. Por ejemplo sería esperable ver una “reducción de los síntomas de perturbación y una mejor adaptación completa en el re-equilibrio de la relación entre los componentes conscientes e inconscientes de la personalidad.” (Comandini, 2016: 72).

En conclusión, conociendo la estrecha relación entre la interpretación del lenguaje simbólico de sueños como herramienta terapéutica para el autoconocimiento y camino de individuación, se esperaría que después de la intervención psicoterapéutica se note un “proceso de cambio de patrones de comportamiento negativos y aspectos disfuncionales de la personalidad, adquiriendo una mejor comprensión del verdadero yo.” (LaBerge & Rheingold, 1990: 34).

Discusión

Al finalizar el estudio, en base a la revisión bibliográfica, se podrá responder a la pregunta de investigación: ¿Cuál es el impacto de la interpretación de sueños con enfoque Junguiano en el proceso de individuación de los participantes de este estudio de caso?

La interpretación de sueños acompaña al proceso de individuación en cuanto la simbología expuesta en los sueños, entendidos como un estado ampliado de consciencia, evidencia contenidos inconscientes que al decodificarse, permiten al participante conocerse de manera profunda y con esto lo posibilita a participar conscientemente en su proceso de individuación. En consecuencia, podemos deducir que la interpretación de sueños es una herramienta efectiva para entender e indagar en los símbolos del inconsciente y así facilitar el autoconocimiento.

Siguiendo la experiencia de pacientes del Centro de Psicología Profunda AION se podrá ver en los participantes los resultados que hayan tenido, como por ejemplo una experiencia relevante en cuanto a la decodificación de sus sueños que haya contribuido de una manera positiva en su vida en aspectos como la detección y resolución de conflictos inconscientes para mejorar su autoconocimiento y funcionamiento psicológico en general (Comandini, 2016: 84).

Dentro de la psicoterapia se emplearán métodos coadyuvantes a la interpretación de sueños como por ejemplo la imaginación activa a través de la que se espera que los participantes ahonden en su interioridad, permitiendo una práctica intrínseca que madure en el cauce del análisis profundo (Comandini, 2016: 74). En términos de Florenzano (2016: 214), se espera que:

La cura analítica se transforma en una excursión espeleológica hacia las profundidades de la personalidad, asumiendo que los hechos descubiertos en las profundidades del inconsciente iluminarán y posibilitarán el desarrollo y la individuación personales.

De igual manera se dilucidará la pregunta de investigación mediante los datos obtenidos en las entrevistas pre y post intervención psicoterapéutica, así como también gracias al seguimiento que se realizará a los pacientes tanto en terapia individual y grupal.

Al analizar las entrevistas se podrá concluir que la interpretación de sueños como técnica psicoterapéutica influye de manera positiva en el proceso de individuación de los participantes. Hay que tomar en cuenta que existe dificultad en documentar o medir en qué punto del proceso de individuación está cada participante dado a que cada experiencia es única e individual. Los participantes deberían “responder creativamente a la tarea de relacionarse con el inconsciente configurando un nuevo sentido de conciencia.” (Comandini, 2016: 78)

Retomando la idea de Maslow sobre la autorrealización, podemos ver que se asemeja a la teoría del proceso de individuación de Jung puesto que las características que pueden adquirir las personas auto realizadas así como las personas que llegan a individuarse, serían: percepción clara de la realidad, la aceptación del yo, de los otros y de la naturaleza, espontaneidad, sencillez y naturalidad, dedicación a una causa, independencia y necesidad de intimidad, experiencias cumbre, interés social, relaciones interpersonales profundas, tolerancia y aceptación a los otros, creatividad, originalidad y resistencia a la presión social (Schultz, 2010: 311).

A la vez Comandini (2016:73) acota que:

En la visión Junguiana, la investigación y la práctica terapéutica dirigidas a los fenómenos del inconsciente revelan cómo la conciencia del Yo no debe ser entendida como fin absoluto sino únicamente como medio, aunque sea precioso, para acercarse a una meta más elevada: la tarea de dar forma y vida a una actitud psicológica de la mente que abrace el conjunto de la personalidad psicológica, incluyendo tanto aquello que

actualmente se define como consciente, como también aquello otro que se nos aparece como manifestación de lo inconsciente.

Dentro del presente estudio la práctica psicoterapéutica de la interpretación de sueños es tan sólo una herramienta que permitirá a los participantes avanzar en su proceso de individuación por medio del conocimiento del contenido inconsciente, a fin de que estos adquieran un mayor autoconocimiento que desembocará sobre todo en la manera en que los participantes se relacionen con ellos mismos y el mundo que los rodea.

Goldbrunner (1961: 153) asegura que:

El único camino que es digno de un ser humano es la exploración espiritual, es decir, el cultivo y el dominio. Desde luego, de ese camino el YO regresa cambiado; más dilatado internamente, más rico en conocimientos, y sustentado por un sentimiento interior que se manifiesta en un conocimiento premonitor acerca de la latitud y profundidad del alma, de sus claridades y tinieblas.

CONCLUSIONES

Limitaciones del estudio

Dentro del presente estudio, se podrán encontrar algunas limitaciones que implicarían un sesgo en las experiencias de los participantes respecto a la interpretación de sueños. Una de ellas son las experiencias previas de indagación en el inconsciente que cada paciente haya tenido anteriormente. Otra limitación que se puede observar es que lamentablemente todavía

no existe una herramienta cuantitativa psicométrica que nos permita conocer y medir en qué nivel de individuación se puede encontrar una persona.

De igual forma se encontró que debido a los horarios y el carácter delicado de las terapias, el estudio se limitó a un número pequeño de participantes lo cual crea una dificultad si un participante decide retirarse del estudio. Asimismo se observó que el reclutamiento de participantes fue sesgado en tanto que fue restringida a personas que no sufrían de alguna psicopatología.

Finalmente no se encontró información de estudios realizados en el Ecuador acerca de la interpretación de sueños y proceso de individuación, lo que limitó los recursos bibliográficos que permitan contextualizar este estudio en el escenario local y sus características sociales.

Recomendaciones para futuros estudios

Para los futuros estudios en este campo, cabe la recomendación de que se profundice en las otras funciones del sueño como por ejemplo la premonición y los sueños lúcidos, ya que pueden ser aportes importantes para la investigación. La importancia de esto recae en que de esta manera se podría mostrar e indagar en las diferentes funciones del sueño como lo son por ejemplo los sueños predictivos o premonitorios la cual cumple la función de “anticipar futuras acciones conscientes, que se presentan en lo inconsciente.” (Silva, 1991: 9) , Es importante mostrar que “la orientación activa no solo es un privilegio de la consciencia, sino que también podría serlo del inconsciente, de suerte que este se hallaría en condiciones de asumir una dirección orientada hacia un fin, con tanto éxito como la consciencia.” (Jung, 1954: 141), en consecuencia es un aporte para el proceso de individuación de los pacientes ya que les ayudara a interpretar e indagar la naturaleza del material inconsciente que aflora en los sueños y sus

diferentes funciones, de esta manera pueden integrarlos a sus procesos conscientes en el camino hacia su individuación.

También se recomienda la utilización, en medida de lo posible, de herramientas psicométricas que permitan obtener datos cuantitativos sobre los patrones de simbología en los sueños, así como sobre los niveles de ampliación de consciencia que se adquieren de acuerdo al progreso del proceso de individuación.

Igualmente es importante realizar el estudio sobre una muestra que contenga un mayor número de participantes, de modo que se podría crear un grupo de control y otro experimental dentro de los cuales se alterne entre el tratamiento que incluye interpretación de sueños y un tratamiento sustituto, con el fin de constatar la influencia del manejo de esta herramienta en la evolución del proceso de individuación de uno de estos dos grupos.

Finalmente sería interesante indagar sobre la simbología onírica de pacientes psiquiátricos para conocer si esta técnica puede obtener similares resultados en la psicoterapia y tratamiento de los mismos.

3. Fuentes bibliográficas:

Bennet, E.A. (1974). *Lo que verdaderamente dijo Jung*. México: Editorial Aguilar.

Bilhaut, A.G. (2011). *El sueño de los Zaparas: Patrimonio onírico de un pueblo de la alta Amazonia*. Quito: Flacso Abya Yala.

- Chang, R., & Paige, R (1991). Characteristics of the self-actualized person: Visions from the East and West. *Counseling & Values*, 36(1), 2-9. Recuperado de:
<http://www.positivedisintegration.com/Chang1991.pdf>.
- Comandini, F. (2016). *La imaginación activa de Carl Gustav Jung hacia una consciencia ético-psicológica del mundo*. Asociación Italiana de Psicología Analítica. Recuperado de:
https://www.academia.edu/24308059/LA_IMAGINACION_ACTIVADA_DE_CARL_GUSTAV_JUNG_HACIA_UNA_NUEVA_CONSCIENCIA_ETICO-PSICOLOGICA
- Corbetta, P. (2003). *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid: McGraw-Hill.
- Deci, E.L y Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Nueva York: Plenum Press.
- Durckheim, K. (1989). *Meditar y por qué*. España: Editorial Mensajero.
- Fegan, Mario (2016). *Therapeutic applications of lucid dreaming*. (Tesis Licenciatura en Psicología no publicada). Universidad San Francisco de Quito, Quito.
- Feldman, R. (2010). *Psicología con aplicaciones en países de habla Hispana*. Santa Fe: Cengage Learning.
- Florenzano, R. (2016) *Freud, Jung y la competencia maestro-discípulo*. Recuperado de:
http://revistagpu.cl/2016/GPU_junio_2016_PDF/PSI_Freud_Jung.pdf
- Goldbrunner, J. (1962) *Individuación: La psicología de Carl Gustav Jung*. Madrid: Ediciones Fax.

González, J. C. (2004). *La Psicología Analítica de Jung y sus aportes a la psicoterapia*.

Universidad de Bogotá, 3 (1), 55-70. Recuperado de: <http://docplayer.es/1418800-La-psicologia-analitica-de-jung.html>.

Groff, S. (1994). *La mente Holotrópica: los niveles de la conciencia humana*. Barcelona: Kairós.

Hernández, J.C (2004). *La psicología Analítica de Jung y sus aportes a la psicoterapia*.

Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México:

Ballantine Books.

Hochheimer, W. (1969). *La psicoterapia de C.G. Jung*. Barcelona: Editorial Herder.

Hurtado, L. (2011). *La técnica del psicografismo y sus efectos en pacientes con*

sintomatología depresiva que acuden al consultorio psicológico de la PUCESA en el periodo mayo-septiembre del 2011. (Tesis de Psicología Clínica no publicada). Pontificia Universidad Católica, Quito.

Hyde, M. (2002). *Jung para principiantes*. Buenos Aires: Errerpar.

Jama, S. (1997). *Antropologie du rêve*. Paris: Presses Universitaires France.

Janesick, V. (1998). *“Stretching” exercises for qualitative researchers*. Sweden: Karlstad University.

Jung, C. G. (1954). *Recuerdos, sueños y pensamientos*. Barcelona: Editorial Seix Barral, S.A.

Jung, C.G. (1954). *Energética Psíquica y esencia del sueño*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

Jung, C. G. (1968). *Consideraciones sobre la historia actual*. Madrid: Ediciones Guadarrama.

Jung, C. G. (1976). *Aion: contribución a los simbolismos del sí-mismo*. Barcelona: Paidós.

Jung, C.G (1985). *Tipos Psicológicos*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana

Jung, C.G (1991). *Arquetipos e Inconsciente Colectivo*. Barcelona: Editorial Paidós

Jung, C.G. (1992). *Energética psíquica y esencia del sueño*. Barcelona: Editorial Paidós.

Jung, C. G.(1995). *El hombre y sus símbolos*. Barcelona: Editorial Paidós.

LaBerge, S., & Rheingold, H. (1990). *Exploring the world of lucid dreaming*. New York: Ballantine Books.

Laplanche J, Pontalis, J.B.(1973).*The language of Psycho-Analysis*. London: The Hogarth Press and the institute of Psycho-Analysis.

Levi, E. (2006). *Historia de la Magia*. Argentina: Editorial Kier.

Oberst, U. (s.f). *La teoría de los sueños de Carl Gustav Jung*. Barcelona: Universidad Ramon Llul. Recuperado de diciembre: <http://www.oberst.es/documentos/junguiana.pdf>.

Prado, F. (1994). *El método Jungiano de la imaginación activa y su aplicación en la psicoterapia*. (Tesis de Psicología Clínica no publicada). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito.

Platón (1999). *La República*. España: Editorial Xuntanza.

Progoff, I. (1967). *La psicología de C. G. Jung y su significación social*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

Reeve, J. (2009). *Motivación y Emoción*. México D.F: Editorial: Mc Graw Hill.

- Roesler, P. (2016). *El significado de los conflictos en las parejas: un enfoque de pareja basado en Jung*. Fides et Ratio revista de difusión cultural y científica de la Universidad La Salle Bolivia, Recuperado de:
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2016000100003&lng=es&nrm=iso.
- Robertson, R. (1998). *Arquetipos Junguianos: Una historia de los arquetipos*. Barcelona: Editorial Paidós.
- Sánchez, G. (2015). *Descubriendo nuestra sombra, nuestros demonios*. Recuperado de:
<https://lamenteesmaravillosa.com/descubriendo-nuestra-sombra-nuestros-demonios/>.
- Samat, J. (1998). *Conceptos Fundamentales del Psicoanálisis Freudiano*. Universidad Católica de Cuyo Facultad de Filosofía y Humanidades. Recuperado de
https://www.uccuyo.edu.ar/ucc3/images/archivos/filosofia/biblioteca/contribuciones/CONCEPTOS_FUNDAMENTALES_DEL_PSICOANALISIS_FREUDIANO.pdf
- Shultz, D. (2010). *Teorías de la personalidad*. Santa Fe: Cengage Learning.
- Sierra, M. (2009). *Los sueños de Sigmund Freud*. Historia y Grafía n.39. Distrito Federal de México. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/589/58922949005.pdf>
- Silva, J. (1991). *El análisis Jungiano de los sueños en 5 pacientes acusadas de traficar con drogas*. (Tesis Licenciatura en Psicología Clínica no publicada). Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Stevens, A. (1994). *Jung o la búsqueda de la identidad*. Madrid: Editorial Debate.

- Tamayo, C. (2004). *El proceso de individuación en los personajes de la película de Walt Disney del cuento de Hadas la Bella y La Bestia*. (Tesis de Psicología Clínica no publicada). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito.
- Tholey, P. (1990). *Applications of lucid dreaming in sports*. *Lucidity Letter*, 9(2). Recuperado de: <https://journals.macewan.ca/lucidity/article/viewFile/486/400>
- Torres, S.(2007). *Lo Sagrado y Místico en las danzas de Medio Oriente*. Fundación Carl Gustav Jung Argentina. Recuperado de <http://www.fundacion-jung.com.ar/forum/tesinasandra.htm>.
- Von Franz, M-L. (1984). *Sobre los sueños y la muerte*. Barcelona: Editorial Kairos.
- Von Franz, M-L. (1995). *El Proceso de Individuación en el hombre y sus símbolos*. Barcelona: Editorial Paidós.

ANEXO A:**CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES**

Estimado/a participante:

Le invitamos a participar en una importante investigación sobre la relación de la interpretación de sueños con enfoque Junguiano y el proceso de individuación.

La metodología de este estudio se basa en realizar entrevistas pre y post intervención terapéutica, a la vez se requerirá su participación en sesiones psicológicas semanales tanto individuales como grupales. En la investigación se protegerá su anonimato por lo tanto no se mencionara su nombre ni su información personal. Su participación es totalmente voluntaria y podrá retirarse de la investigación si usted lo necesita sin ningún problema.

Por favor si desea hacer parte de la investigación contáctenos.

Atentamente,

El investigador

Cargo: Estudiante de psicología

Número telefónico: 0998700320

ANEXO B:**FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos

Universidad San Francisco de Quito

**El Comité de Revisión Institucional de la USFQ
The Institutional Review Board of the USFQ**

Formulario Consentimiento Informado

Título de la investigación: Relación entre la interpretación de sueños y el proceso de individuación.

Organización del investigador *Universidad San Francisco de Quito*

Nombre del investigador principal *Diana Carolina Riofrio Reyes*

Datos de localización del investigador principal *2446-104,0998700320,diana.riofrio@estud.usfq.edu.ec*

Introducción

Este formulario incluye un resumen del propósito de este estudio. Usted puede hacer todas las preguntas que requiera para entender claramente su participación y despejar sus dudas. Para participar puede tomarse el tiempo que necesite para consultar con su familia y/o amigos si desea participar o no.

Usted ha sido invitado a participar en una investigación sobre la posible relación entre la interpretación de sueños y el proceso de individuación.

Propósito del estudio

El estudio pretende retratar la relación entre la interpretación de sueños y el proceso de individuación en las experiencias de pacientes del centro de psicología profunda AION, quienes recibirán terapia individual y grupal. El mismo quiere observar de qué manera se relaciona e influye la técnica psicoterapéutica junguiana de interpretación de sueños en el proceso de individuación de los participantes.

Descripción de los procedimientos

Para este estudio primero se realizará la entrevista inicial a los participantes, después se coordinará el cronograma para la planificación de las sesiones individuales y grupales para posteriormente realizar las intervenciones individuales y grupales por el periodo de un año usando la técnica psicoterapéutica junguiana sobre la interpretación de sueños. Para finalizar el estudio se realizará la entrevista final después del periodo de 1 año de intervención psicoterapéutica a los participantes y se recolectará observaciones del analista junguiano. Finalmente se analizará la información obtenida de las entrevistas y

observaciones con la finalidad de establecer la relación que hubo entre las dos variables dentro del estudio y cómo estas influyeron en los resultados.

Riesgos y beneficios

Los participantes pueden tratar temas delicados dentro de las sesiones de psicoterapia sin embargo se les brindará apoyo psicológico siempre que se lo requiera. Si existen temas de los cuales no se quiera hablar en las terapias grupales se respetará la intimidad del participante.

Los beneficios de este estudio para los participantes son: poder indagar en los aspectos inconscientes de su psiquis manifestados en los sueños y resolver conflictos intra psíquicos por medio de la intervención terapéutica, mejorando así su funcionamiento psicológico en el aspecto cognitivo y emocional como también en el autoconocimiento en cada uno.

Confidencialidad de los datos

Para nosotros es muy importante mantener su privacidad, por lo cual aplicaremos las medidas necesarias para que nadie conozca su identidad ni tenga acceso a sus datos personales:

- 1) La información que nos proporcione se identificará con un código que reemplazará su nombre y se guardará en un lugar seguro donde solo el investigador tendrá acceso.
- 2) Su nombre no será mencionado en los reportes o publicaciones.
- 4) El Comité de Bioética de la USFQ podrá tener acceso a sus datos en caso de que surgieran problemas en cuanto a la seguridad y confidencialidad de la información o de la ética en el estudio.

Derechos y opciones del participante

Usted puede decidir no participar y si decide no participar solo debe decírselo al investigador principal o a la persona que le explica este documento. Además aunque decida participar puede retirarse del estudio cuando lo desee, sin que ello afecte los beneficios de los que goza en este momento.

Usted no recibirá ningún pago y tan solo tendrá que pagar 5 dólares por cada sesión a lo largo del estudio.

Usted puede manifestar sus dudas o inquietudes al investigador para que sean resueltas.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0998700320 que pertenece a Diana Riofrio, o envíe un correo electrónico a diana.riofrio@stud.usfq.edu.ec

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. William F. Waters, Presidente del Comité de Bioética de la USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado en un lenguaje claro y sencillo los riesgos y beneficios de participar en este estudio. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Firma del participante

Fecha

Firma del testigo *(si aplica)*

Fecha

Nombre del investigador que obtiene el consentimiento informado

Firma del investigador

Fecha

ANEXO C:

HERRAMIENTAS PARA EL LEVANTAMIENTO DE LA INFORMACION

ANUNCIO PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES

Se busca participantes para un estudio sobre la interpretación de sueños y el proceso de individuación (desarrollo de la personalidad)

Beneficios: Usted recibirá terapia individual y grupal por un bajo costo de 5 dólares por sesión basada en la interpretación de sueños con enfoque Junguiano por el periodo de 1 año.

Requisitos: Tener entre 40 a 60 años

Para más información contactar al: 0998700320

ENTREVISTA INICIAL SOBRE EL PROCESO DE INDIVIDUACIÓN

Participante #:.....

1. ¿Cuál es la importancia de los sueños en su vida?
2. ¿Considera usted que tiene relaciones interpersonales profundas?
3. ¿En qué medida piensa que se conoce a usted mismo?
4. ¿Cuáles son sus mayores miedos o limitaciones?
5. ¿Cuáles son sus intereses o aspiraciones?
6. ¿En qué medida piensa que se acepta a sí mismo?
7. ¿Qué tanto influye la presión social en sus decisiones?
8. ¿Cómo describe su estado de ánimo actualmente?

ENTREVISTA FINAL SOBRE EL PROCESO DE INDIVIDUACIÓN

Participante #:.....

1. ¿Qué símbolos aparecen repetitivamente en sus sueños y cuál es su relación o interacción con estos símbolos?

2. ¿Reconoce el significado o mensaje de la simbología en tus sueños?

3. ¿Cree usted que después de este proceso se conoce en mayor profundidad?

4. ¿Siente que sus miedos o limitaciones influyen de una manera significativa en su vida después de este proceso?

5. ¿En qué medida ha logrado realizar sus objetivos o convicciones?

6. ¿Piensa que su bienestar psicológico ha mejorado de alguna manera?

7. ¿Tiene más claridad sobre el objetivo de su vida ahora?

8. ¿Qué tanto influye la presión social en sus decisiones?