

## Del desvalimiento a la autoestima:

Gustavo Chiozza.

Se suele afirmar que para Freud (1914c) la autoestima es la vivencia de omnipotencia y grandiosidad del yo que caracterizan al narcisismo primario; que a partir de allí la autoestima queda definitivamente ligada a la libido narcisista; que, una vez finalizado el período de narcisismo primario, la autoestima pasa a depender del ideal del yo y que retorna en aquellas situaciones en las cuales el sujeto siente que logra acercarse a este ideal. Es decir, a) toda vez que siente que logra el «cumplimiento del ideal», b) cuando imagina que sus logros en el trato con la realidad corroboran su «omnipotencia» y c) cuando se siente amado por aquellos en los cuales ha proyectado el ideal del yo (su propia omnipotencia narcisista perdida). De aquí se deduce que el acto de amar rebaja la autoestima y ser amado la eleva, ya que, en el narcisismo, amar significa ceder la omnipotencia a favor del objeto ideal y ser amado por el objeto idealizado significa recuperarla.

Tan difundidas están estas opiniones que sorprende enterarse que las referidas opiniones de Freud no se refieren a la autoestima sino al *sentimiento de sí*; que la autoestima no es un concepto freudiano. Sucede que la mayoría de los psicoanalistas da por sentado que lo que hoy entendemos por autoestima equivale a lo que Freud llamaba *Selbstgefühl*, y que Etcheverry traduce de manera literal como *sentimiento de sí*.

En mi opinión, esta equiparación entre sentimiento de sí y autoestima resulta excesiva<sup>1</sup>. Mientras que el sentimiento de sí incluye, de manera amplia, todo sentimiento hacia la persona propia, la autoestima, en cambio se refiere solamente al afecto de estima propia que se experimenta al ejecutar «adecuadamente» la acción de estimar valiosas las propias cualidades (Chiozza, G., 2019b). Por lo tanto, no todo sentimiento de sí coincide, necesariamente, con el sentimiento de autoestima. Por ejemplo, si me siento débil y estimo que carezco de valores, no puedo sentir estima propia.

---

<sup>1</sup> Es, por lo tanto, más excesivo aun atribuir a Freud opiniones sobre la autoestima que él formuló para el sentimiento de sí al describir el narcisismo primario.

Vemos entonces que *estimarse grandioso y omnipotente* no puede ser el resultado de una adecuada estimación de las propias cualidades, sino de un malentendido defensivo frente al afecto opuesto: el sentimiento de debilidad que surge luego de *estimarse carente de valores*.

Se suele pensar que la vida anímica comienza en el estado de narcisismo primario y que este período —al modo de un malentendido primario (Chiozza, G., 2000b)— está directamente relacionado con la incapacidad del sujeto para percibir adecuadamente la realidad. A medida que el sujeto aprende a conocerse mejor a sí mismo, al objeto y a la realidad, este estado narcisista se abandona. Sin embargo, no es esto lo que pensaba Freud.

En *Pulsiones y destinos de pulsión* Freud considera que existe un período anterior al narcisismo primario, al que llama *yo-realidad inicial*, en el cual la imagen del yo se construye a partir de lo que el autor considera «*una buena marca objetiva*». Son, por un lado, sensaciones que le permiten al sujeto configurar una primera idea de lo que es su-yo *en realidad* y, por otro, acciones que le permiten estimar cuáles son *realmente* sus propias capacidades (1915c, págs. 130-1).

A partir de estos recursos, en el comienzo, el sujeto se estima incapaz de tramitar por sí mismo los estímulos displacenteros que se le presentan. El primer sentimiento de sí es, entonces, el sentimiento de debilidad; y pone de manifiesto aquello que al sujeto le *falta* para lograr la satisfacción. Si la autoestima es estimarse capaz, entonces, el estimarse *in-capaz* es lo contrario de la autoestima. En otras palabras, el sentimiento de debilidad inicial equivale a la *falta* de autoestima. Cuando el bebé siente hambre también se siente débil; siente que le falta alimento, pero también, la capacidad para conseguirlo.

Para subsanar la propia incapacidad el sujeto necesita capacitarse. Para ello, mientras encuentra el modo de lograr la acción específica, debe ser capaz de soportar la frustración (Chiozza, G., 2016a); es decir, hacer el duelo por la capacidad que el sujeto aún no posee. Como sostuve en otra oportunidad (Chiozza, G., 1998c), poder hacer este duelo es también una forma de materializar un yo más fuerte. Al disminuir la debilidad aumenta la capacidad y con ella la autoestima.

Sabemos que esto no siempre es posible. Por ejemplo, al nacer y por un largo tiempo, el bebé para sobrevivir dependerá de la asistencia ajena. Si pensamos que, de acuerdo con Freud, el bebé puede determinar objetivamente qué le es propio y qué no, caemos en la cuenta de que la asistencia ajena genera un profundo cambio en su manera de concebir su propia de debilidad.

Al comprender que, aún sintiéndose incapaz de valerse por sí mismo (inválido), puede lograr la satisfacción valiéndose de recursos ajenos, la debilidad deja de ser un obstáculo para la satisfacción. Ahora el obstáculo principal, la verdadera amenaza, proviene del propio objeto auxiliador: es el peligro de ser *abandonado*. De modo que la asistencia ajena trae aparejado un sentimiento nuevo que desplaza al sentimiento de debilidad del centro de la escena: es el sentimiento de *desvalimiento*<sup>2</sup>.

El sujeto, para satisfacer sus deseos, ya no necesita capacitarse. En lugar de enfocarse en la realidad, ahora se enfoca en el objeto auxiliador; y dado que este objeto actúa en función de la debilidad del niño, el sujeto, en lugar de intentar resolver la debilidad, la cultiva; en lugar de fortalecerse, busca mantenerse débil. Como sostuve en otra oportunidad, a la luz del sentimiento de desvalimiento, la inicial debilidad relativa se vivencia como si fuera absoluta; es el sentimiento de *impotencia* (Chiozza, G., 2014d; 2016a).

Sin embargo, cuanto más eficientemente el objeto auxiliador satisface las necesidades del niño, más aumenta en él la vivencia de dependencia y el temor al abandono. En otras palabras, la asistencia ajena, en lugar de resolver el desvalimiento, lo determina. El displacer que proviene de sentir que la satisfacción proviene de recursos ajenos (el desvalimiento) es un displacer que —lógicamente— el objeto auxiliador no puede remediar; solo puede resolverlo el propio sujeto logrando hacerse fuerte y valerse por sí mismo.

Como esto es algo que, al principio, el bebé está muy lejos de poder hacer, el único recurso disponible para remediar su displacer es operar sobre su

---

<sup>2</sup> El Diccionario de la Real Academia Española define *desvalimiento* como “desamparo, abandono, falta de ayuda o favor”; y *desvalido* como “desamparado, privado de ayuda y socorro”.

propio aparato anímico; es decir, utilizar mecanismos de defensa. El más básico es la manía, que consiste en negar la fuente de displacer. Dado que el displacer proviene de que los recursos que le permiten la satisfacción son ajenos, es esto lo que la defensa maníaca niega: “Todo lo placentero es mío y todo lo displacentero es ajeno”. Luego de esta defensa, el yo-realidad inicial, débil, es *purificado* de todo displacer y convertido en un yo-placer, grandioso y omnipotente. Vemos que, entonces, el estado de narcisismo primario es un malentendido secundario; defensivo.

Como sostiene Freud (1915c, n.30), gracias a que el cuidado parental satisface las necesidades del bebé, el «yo-realidad inicial» se aparta de la realidad y se transforma en el «yo-placer purificado». De modo que el narcisismo primario se mantiene en la exacta medida en que el objeto auxiliador logre satisfacer las necesidades del niño. Pero más tarde o más temprano sucede que el objeto auxiliador no puede evitar que el niño experimente frustraciones. El bebé experimenta esta frustración como una desmentida de su propia omnipotencia.

Del mismo modo que frente a su propia incapacidad, se idealizó a sí mismo imaginándose omnipotente y grandioso (yo ideal), ahora frente a la incapacidad del objeto para satisfacerlo, idealiza al objeto imaginándolo omnipotente (ideal del yo). “Si yo no puedo ser omnipotente, por lo menos que alguien pueda serlo para mí; ya que si alguien es omnipotente, yo también podré serlo si logro que me ame”. De esta manera el sentimiento de desvalimiento condiciona *la necesidad de amor del neurótico*. Como dijimos, ya no necesita resolver la debilidad haciéndose fuerte, sino resolver el desvalimiento asegurándose el amor.

El sujeto ya no busca la satisfacción actuando directamente sobre la realidad sino, indirectamente, a través del objeto auxiliador; en lugar de buscar la satisfacción propia, intenta satisfacer los deseos del objeto: ser «lindo, limpio y bueno» (Chiozza, G., 2001a). Así, la *falta* ya no se experimenta como algo que *falta hacer* —capacitarse—, sino como algo que *falta recibir* —amor, reconocimiento, protagonismo, etc.—.

Dado que los deseos se satisfacen en la realidad y los mecanismos de defensa solo pueden operar sobre el propio aparato anímico, la frustración siempre retorna. El sujeto, habituado a que la satisfacción provenga del objeto, atribuye su frustración a la ineficacia del objeto

auxiliador. La idealización del objeto necesita ser reforzada con recursos paranoicos y melancólicos. La defensa paranoica reza: “El objeto no es débil sino malo, exigente y cruel”. La defensa melancólica reza, en cambio: “El objeto no es malo, sino que yo me he portado mal”. El sujeto ahora, en lugar de sentirse débil, se siente culpable.

Como vemos, la asistencia ajena es un recurso real que hace que la debilidad deje de ser una amenaza actual para el sujeto. Esto genera la ilusión de que, gracias al objeto, se puede vivir sin dificultad (Chiozza, G., 2016a). Sin embargo, la dificultad reaparece, justamente, en el vínculo con el objeto auxiliador. El sujeto, dependiente de recursos ajenos, ahora teme ser abandonado. El sentimiento de debilidad es remplazado por el sentimiento de desvalimiento. El displacer que este sentimiento conlleva perdurará en tanto el sujeto continúe valiéndose de recursos ajenos. Para remediar el desvalimiento es necesario obtener la satisfacción de manera directa, valiéndose de medios propios. Una vez que el sujeto logra disminuir su debilidad, disminuye también su desvalimiento. En esa misma proporción crece el sentimiento de autoestima.

## BIBLIOGRAFÍA

CHIOZZA, Gustavo, 2000b, “Lo inconciente y lo des-conocido”, Simposio 2000, Fundación LUIS CHIOZZA, Buenos Aires, 2000.

CHIOZZA, Gustavo (2001a), “El malentendido en los vasallajes del yo”, en *Simposio 2001* del Instituto de Docencia e Investigación de la FUNDACIÓN LUIS CHIOZZA, Buenos Aires, enero de 2001.

CHIOZZA, Gustavo (2014b) “Reflexiones sobre la función parental”, (inédito) presentado en FUNDACIÓN LUIS CHIOZZA, diciembre de 2014.

CHIOZZA, Gustavo (2016a) “Algunas reflexiones sobre la dificultad”, (inédito) presentado en FUNDACIÓN LUIS CHIOZZA, junio de 2016.

FREUD, Sigmund 1914c, “Introducción del narcisismo”, en *Freud obras completas*, Amorrortu editores, Buenos Aires, 1976.

FREUD, Sigmund 1915c, “Pulsiones y destinos de pulsión”, en *Freud obras completas*, Amorrortu editores, Buenos Aires, 1976.