

## L

### LA EXPERIENCIA “AHA” (*Aha-erlebnis*)

Este es el momento cuando la comprensión intelectual (*Einsicht*) se combina con la experiencia emocional (*Erlebnis*) y el significado completo de un importante aspecto de la vida aparece. En el encuadre psicoanalítico, esto es, cuando un número de interpretaciones se relacionan y “nace” en el paciente o en el análisis un mejor camino. Se siente un tremendo dolor “físico”, alegría o relajación, y un conocimiento importante entra en la vida.

### LA TÉCNICA ACTIVA (*Aktiventechnik*)

El método psicoanalítico que Ferenczi introdujo en 1919 para impedir “el abuso de la asociación libre”. Este inicialmente consistía en colocar un plazo limitado de tiempo al tratamiento psicoanalítico e imponía ciertas protectoras prohibiciones al paciente, especialmente con respecto a la actividad sexual. El objetivo aquí era “elevar la tensión” en la sesión analítica, y así precipitar la revelación de material inconsciente. En 1920, el método amplió su alcance para incluir el estimular al paciente a expresarse, dibujar o representar el material que le causaba ansiedad.

### LA TÉCNICA DE LA RELAJACIÓN (*Relaxionsprinzip*)

La segunda fase de la “técnica activa”, introducida en 1925, la cual sugiere nutriciones y ejercicios de tranquilización en el análisis para contrastar con las prohibiciones de las fases anteriores. La técnica de relajación es particularmente recomendada con los pacientes que han sufrido tempranos traumas infantiles.

### LO ALOPLÁSTICO Y LO AUTOPLÁSTICO (*Allo- und Auto-plastik*)

La forma dual de adaptación psicósomática (*Anpassung*). Lo auto-plástico en la temprana infancia, son formas pre-edípicas, la cuales se expresan en las “memorias del cuerpo”, esto es, experiencias que no están mediadas verbalmente. Como tales son resultados de modificaciones y disrupciones de procesos internos del cuerpo. El histérico “bolo en la garganta” (*globus hystericus*), los “embarazos falsos” y los tumores son los prototipos. La forma aloplástica es posterior, son desarrollos post-edípicos. Ellas por lo tanto se moldean a si misma sintomáticamente en torno a las interacciones con el mundo externo. El prototipo aquí es la pérdida, parálisis o partes minusválidas de aquellos órganos que gestionan el “espacio externo” (*sic.*) para nosotros, es decir, ojos, oídos, cuerdas vocales, manos, brazos y piernas (cf. Laplanche y Portalis 1980, pp 48-9).

*Volver Glosario Ferencziano Español*  
*Volver Glosario Ferencziano Inglés*  
*Volver Glosario Ferencziano Francés*