



Un proceso analítico en clave relacional¹

Rosa Velasco Fraile²

IARPP España, Barcelona

Se presenta el recorrido clínico y vivencial de un análisis de siete años de duración y una frecuencia de 4 sesiones por semana, en el que se subrayan los componentes relacionales que contribuyen a la integración psíquica y al cambio. Una enriquecedora experiencia de co-construcción en la que están implicados el analista y el paciente, un varón de 27 años (Ferran), que atraviesa desde su adolescencia, aunque esporádicamente, crisis de angustia confusional, con sentimientos de despersonalización y fugaces episodios alucinatorios. A partir de una integración inestable y “provisional” de su identidad, Ferran usará la experiencia de relación con su analista como un telar donde tejer un entramado capaz de anudar tanto un anclaje más firme para su experiencia de sí como hacer posible su apertura a implicarse en relaciones de calidad. El análisis discurre como un escenario compartido para poner a prueba la vigencia del conjunto de conocimientos relacionales implícitos que bloquean su acceso a nuevas experiencias de mayor calidad relacional, desconfirmándolos. La experiencia emocional genuina de la relación, integrada como reflexión compartida, reescribe la memoria emocional asociada a sus patrones pretéritos, abriendo paso a la creación de nuevos significados de sí y del otro.

Palabras clave: Psicoanálisis Relacional, Conocimiento Relacional Implícito, Proceso de cambio.

This is a clinical and experiential account of a 7-year long, 4-session a week analysis in which relational components contributing to psychic integration and change are highlighted. It is an enriching experience of co-construction involving both analyst and patient – a 27-year old man (Ferran) – who from adolescence sporadically suffered crises of confusional anxiety, with feelings of depersonalisation and brief hallucinatory episodes. Starting with an unstable and “provisional” integration of his identity, Ferran uses the relational experience with his analyst as a loom on which to weave a mesh where he could anchor a more solid self-experience as well as permitting more fulfilling relationships. The analysis is a shared space in which existing implicit relational knowing that was blocking access to new and more satisfying relational experiences is put to the test and disproved. The genuine emotional experience of the relationship, integrated as shared reflection, re-writes the emotional memory associated with his past patterns, giving way to the creation of new meanings of self and other.

Key Words: Relational Psychoanalysis, Implicit Relational Knowing, Change Process.

English Title: A Relational Psychoanalytic Process

Cita bibliográfica / Reference citation:

Velasco, R. (2011). Un proceso analítico en clave relacional. *Clinica e Investigación Relacional*, 5 (2): 317-329. [ISSN 1988-2939]

Empezaré esta presentación clínica expresando mi gratitud a Ferran, como llamaré al paciente que vamos a discutir. Gracias Ferran por todo lo que aprendimos juntos.

Ferran, el paciente que vamos a discutir, llegó a su segunda entrevista con una expresión desencajada, muy angustiado. Parecía que la angustia y la confusión le impedían explicar lo que le estaba sucediendo, aunque, al poco rato, los dos nos dimos cuenta que su terror a ser visto como un loco le paralizaba. Finalmente consiguió relatar que de camino a la sesión se había comprado un bocadillo de atún, empezó a comérselo, y de repente al ir a morder, descubrió con espanto que una paloma ensangrentada asomaba entre las dos rebanadas de pan. Sintió una insoportable sensación de asco y miedo y tuvo que tirar el bocadillo inmediatamente a la papelera. Me explicó que éste era el tipo de vivencias que se iniciaron hacía 10 años, cuando tenía 17 años y tuvo su primera crisis. Ya en esta segunda entrevista pudimos analizar cómo esta crisis confusional tenía su origen en la noche anterior: un ruido en el balcón le había despertado mientras dormía, Ferran se levantó y descubrió que una paloma se había estrellado contra las ventanas del balcón y yacía muerta. Con mucho asco la cogió para tirarla a la basura. Sintió miedo, asco y pena a la vez. Pudimos pensar que la imagen de aquella paloma ensangrentada creó en él un impacto emocional muy masivo, todo su cuerpo quedó alterado y convulso, presa de dichas sensaciones (miedo, asco y pena). El estímulo visual del atún asomando entre el pan reactivó aquellas sensaciones corporales tan desagradables, y volvió a revivir las sensaciones tan extremas e insoportables de asco y pánico que había sentido la noche anterior. ¿Por qué aquel accidente de la paloma en mitad de la noche tuvo aquel efecto tan masivo? ¿Por qué su cuerpo reaccionó con tanta violencia hasta el punto de que al día siguiente todavía estaba tan vulnerable? En el momento de aquella segunda entrevista Ferran tenía 27 años; a partir de entonces iniciamos un tratamiento psicoanalítico que se prolongaría durante 7 años, a razón de 4 sesiones por semana. A continuación examinaremos lo qué fuimos entendiendo durante estos 7 años acerca del sentido que tenía que su cuerpo reaccionara tan desorganizadamente ante ciertas situaciones, y lo que es más importante, qué fuimos haciendo para cambiar aquella forma involuntaria de reaccionar.

Un poco de historia

Cuando Ferran empezó su tratamiento llevaba ya unos meses sin tener ningún trabajo. Aunque había terminado una carrera universitaria hacía ya cuatro años y dominaba perfectamente el inglés y el francés, su entrada en el mundo laboral siempre había tenido un aire provisional, sólo había hecho trabajos esporádicos y poco cualificados. Su vivienda también era provisional: vivía en un piso en muy malas condiciones con una mujer diez años mayor que él, que hacía las funciones de amiga, de madre que lo cuidaba y de amante con la que mantenía relaciones sexuales. Ya en la primera entrevista constaté que se trataba de

alguien profundamente inseguro en sus ademanes y actitudes, y muy tímido en su manera de relacionarse conmigo. Durante esta primera entrevista expresó que este intenso sentimiento de inseguridad en sí mismo era una de las cosas que más le hacían sufrir.

Su demanda de ayuda giraba en torno a que no sabía cómo organizar su vida, se sentía perdido. Pensaba que la vida no tenía sentido, muchas veces tenía sensaciones de despersonalización y extrañeza consigo mismo, se sentía muy aislado en medio de un mundo en donde la mayoría de las relaciones le resultaban tan difíciles que acababan siendo imposibles. Su desorganización en la vida era tan grande que temía que este estado de provisionalidad se prolongara indefinidamente. También estaba asustado porque abusaba de las drogas (cannabis, cocaína) y el alcohol, dado que sin trabajo le era muy difícil controlarse.

La relación con sus padres era muy difícil, sobre todo con su padre, al que describía como un hombre frío, brusco y tosco que se había hecho a sí mismo, muy orgulloso de su propia empresa, y muy despectivo con Ferran, al que veía como justo lo opuesto al hijo que le habría gustado tener. Su madre era una mujer muy frágil que necesitaba apoyarse en Ferran y que vivía volcada en su práctica religiosa.

A los 17 años Ferran empezó a tener crisis confusionales y de angustia. Coincidió con su salida del colegio (un internado) para iniciar la Universidad, con una primera carrera que “eligió” para no contrariar a su padre (después de dos años la interrumpiría para matricularse en la carrera que sí se correspondía con su libre elección). La salida del internado coincidió con que sus padres en aquella época se separaron. Ferran se fue a vivir con su madre: ésta se volcaba sobre él de forma muy agobiante, siempre atosigándolo con temas religiosos, sobreprotegiéndolo como a un niño pequeño (F. recuerda que siempre le insistía en que comiera más, se abrigara más, etc...). Por otro lado el padre, cuando estaba con él los fines de semana, le forzaba a salir a hacer excursionismo, aunque F. se sintiera siempre abatido, cansado y con ganas de dormir. Ferran recordaba con terror los pasos de su padre acercándose los domingos a las siete de la mañana, quien entraba en la habitación con estruendo, bruscamente levantaba las persianas, y con voz enérgica lo sacaba de la cama. Su cuerpo no le respondía tratando de obedecer a su padre. Empezó a sentirse muy extraño e incómodo en aquel contexto. Sin amigos con quien relacionarse, empezó a aislarse de forma extrema, no era capaz de salir de su habitación, se sentía muy angustiado, y lo que resultaba más terrorífico: cada vez estaba más convencido de que se estaba volviendo loco, sobre todo a causa de un tipo de experiencias alucinatorias en que las cosas que le rodeaban se deformaban y le perseguían (similar al episodio de la paloma).

Entonces empezó un tratamiento con el psiquiatra de su padre, pero este tratamiento fracasó porque Ferran nunca vivió a su terapeuta como alguien en quien confiar, sino que al contrario, lo veía como alguien demasiado cercano a su padre, y por tanto alguien peligroso de quien se debía esconder.

Uno de mis principales objetivos en el tratamiento de Ferran ha sido el de organizar una relación de confianza que le permitiera poder hablar de este tipo de experiencias tan vergonzantes y aterradoras. La desconfianza extrema de Ferran, en él mismo y en sus

relaciones, fue una de las dificultades por las que tuvimos que atravesar desde el inicio del análisis. Aunque cada vez era más consciente de la necesidad de recibir ayuda, el miedo a que yo le viera como un loco fue un poderoso obstáculo. A medida que pudo empezar a confiar y a hablarme de sus emociones, pudimos constatar que mis respuestas eran muy distintas a las que él había anticipado (a partir de sus anteriores experiencias relacionales). En estos momentos de progreso, ambos nos sentimos reconocidos en el trabajo realizado: él siente que progresa y ello le proporciona la reconfortante sensación de tener potencialidades de crecimiento. Yo por mi parte, me siento útil cuándo él confía y logra explicarme lo que nunca se ha atrevido a explicar a nadie sobre sí mismo. La relación adquiere una extraordinaria cualidad de especificidad, de ser única.

También nos llevó un tiempo para que pudiera empezar a hablar de su sexualidad. En la pubertad inició una masturbación compulsiva en el desván de la casa familiar. Ello generó una fuerte culpa y miedo a ser descubierto. La compulsión a la masturbación se mezcló con la compulsión a rezar y hacer promesas a Dios que siempre acababa incumpliendo. Este tema seguía siendo muy conflictivo. Ferran, se solía preguntar en sesión: *“¿Si yo me considero ateo y mi pensamiento racional me lleva a prescindir de esta idea de estar en pecado, cómo es que todo esto hace tanta mella en mí?”*. **Creo que esta era la manera que Ferran tenía de expresar la incoherencia entre su discurso verbal y sus convicciones emocionales implícitas.** En estas situaciones solemos acabar hablando de cómo él cree que los padres (ambos practicantes de la religión católica) le ven a él, y solemos preguntarnos si acaba confundiendo lo que siente él con lo que sienten sus padres.

Ferran siente que está continuamente decepcionando a su padre: *“para mi padre yo tenía que haber sido un niño al que le gustara el fútbol, tenía que haberme interesado por una carrera de ciencias y no de letras...nunca he sido el niño que mi padre esperaba encontrar en su hijo”*. El padre tiene a su propio hermano como socio en la dirección de la empresa. Este hermano del padre tiene un hijo, primo de Ferran, que trabaja en la empresa familiar y que encaja bien con las expectativas del padre de Ferran. *“A mi padre le hubiera gustado tener un hijo como mi primo, y a mí me hubiera gustado que mi padre me tratase como mi tío trata a su hijo...siempre habla bien de él...es tan distinto a lo que mi padre dice de mí...”*

A medida que Ferran se siente suficientemente confiado puede hablarme de su extrema necesidad de sentirse aceptado, y me puede relatar diversos episodios homosexuales que no se había atrevido a rechazar por esta necesidad tan extrema que tenía de ser aceptado: *“debo ser un homosexual raro porque a mí me gustan las mujeres”*. Bastante pronto, al inicio del tratamiento, se atrevió a decirle a su amigo (un hombre mucho mayor que él con el que había mantenido intimidad sexual) que no tenía interés en practicar sexo con él. Ferran se sintió sorprendido al encontrarse a sí mismo diciendo “no” a su amigo homosexual, y sintió que su atrevimiento era un progreso debido al análisis: parece que mi actitud de sincero interés por sus sentimientos, por lo que le gusta y lo que no le gusta, fue suficiente para desactivar su bloqueo y ser así capaz de rechazar el sometimiento homosexual; incluso parece que a nivel reflexivo no había podido anticipar que podría llegar a pronunciar “no”, le sorprendió su respuesta espontánea. **¿Podríamos pensar que se ha dado un cambio a nivel**

implícito (en forma de una reacción emocional desconocida hasta entonces), sin participación del propósito reflexivo?

Los inicios del análisis

Le propuse trabajar de lunes a jueves a las 8 de la mañana y que hablara con sus padres para la financiación de su tratamiento porque era evidente que él en este momento no podía asumirlo. Le costó mucho pedir esta ayuda pero lo consiguió y pudimos trabajar con un *setting* lo suficientemente amplio como para que el esfuerzo compartido diera pronto buenos resultados. Al poco tiempo de iniciado el análisis se trasladó a vivir a una manzana de distancia de mi consulta. Un día nos cruzamos por la calle e intercambiamos un saludo. En la siguiente sesión, algo avergonzado, me explicó que le habían entrado ganas de seguirme. Se sintió como un perro callejero que sigue al primero que lo mira. Me contó que él nunca mira a los perros callejeros, pues tiene constatado que *“el mínimo cruce de miradas es suficiente para que el perro te siga”*. **¿Qué hubiera sucedido si yo hubiera pensado (aunque no se lo hubiera dicho) que su interés en seguirme tenía que ver con deseos arcaicos de no ser excluido de la escena primaria?** Pero mi comprensión emocional de todo ello consistió en *sentir* que yo me había convertido en su recurso central para poder llegar a sentir esperanza: por un lado los primeros cambios durante las primeras entrevistas, y por otro lado verme implicada, preparando un *setting* de sesiones continuadas, ayudándolo a luchar contra su bloqueo a la hora de pedir ayuda económica a los padres, todo ello era algo que le podía cambiar la vida.

Aunque también tenía sus dudas, y sentía mucha vergüenza cuando pensaba que se estaba equivocando. Así, tenía mucha vergüenza de ser descubierto por algún conocido viniendo a su tratamiento. Necesitaba explicarles a sus compañeros de piso que si sale tan temprano de casa es porque practica deporte. Algunos días le da tanta vergüenza decir que por la mañana él usará el baño bastante temprano que algún día llegó a su sesión y pidió poder usar el baño antes de entrar.

Al poco de iniciar el tratamiento, F. consiguió un trabajo que le resultaba muy extenuante: se sentía extraño, no acogido, cada conversación le hacía sentir enormemente inseguro, con frecuencia se sentía invadido por un sentimiento de amenaza, sentía pánico a que un error suyo desembocara en una catástrofe (por ejemplo temía que le robaran el coche de la empresa cuando lo dejaba aparcado). **Parecería que su *conocimiento relacional implícito* acerca de cómo estar en el mundo y cómo relacionarse con los demás le hacía posicionarse en las relaciones de una manera que le resultaba muy desgastadora.** Como ejemplo de la angustia y agresividad que genera una mínima conversación relataré el siguiente episodio: una mañana llegó con tiempo suficiente a su hora de análisis y decidió desayunar en el café de abajo. Pidió un zumo de manzana. Mientras se lo servían, un cliente en la barra se dirigió a él y le dijo que el zumo de manzana, para que conservara todas las vitaminas, tenía que licuarse al momento y además hay que consumirlo enseguida. Esta conversación le incomodó muchísimo, y al llegar a su sesión dijo que se sentía con mucha rabia, que se había

asustado de sus ganas de “pegarle una hostia”, “le habría pegado hasta destrozarlo”. Aunque un poco impresionada ante aquella violencia aparentemente tan desproporcionada, era evidente que nos convenía investigar qué es lo que la había disparado: parece que lo que le incomodó fue no saber qué responder, sentir que aquel hombre podía desaprobarnos algo de él... ¿quizás aquel hombre pensaba que tenía que haber exigido al camarero que le hiciera el jugo en el momento en lugar de servirle uno que llevaba un tiempo exprimido? ¿Quizá simplemente tenía que haber continuado con alguna conversación ecológica sobre zumos y vitaminas? No supo reaccionar, se quedó bloqueado, en silencio, mientras sentía que la rabia crecía hasta llegar a temer perder el control. **Su Conocimiento relacional implícito no le ofrecía ninguna respuesta espontánea y fluida, tenía por tanto que intentar descubrir a nivel reflexivo qué era lo que se esperaba de él, pero la convicción de que ninguna respuesta sería del agrado de aquel hombre (otro CRI de Ferran) le impidió reaccionar:** sólo fue capaz de sentir rabia. Después de estar un rato hablando de todo ello, le comenté que una posibilidad que no pudo ni llegar a tener en cuenta era que esa persona le estaba resultando pesada, cargante, y que él simplemente no tenía ganas de conversar a las 8 de la mañana con un “pesado experto en zumos de manzana”. Ferran sintió UN GRAN ALIVIO, y se relajó. Luego se enfadó consigo mismo al constatar que tantas veces se ha sentido “trasto inútil” cuando se habla de cómo hay que hacer las cosas. Finalmente consiguió relajarse y se conmovió cuando vimos, los dos juntos, que tenemos derecho a pensar si los otros nos parecen agradables o desagradables y que él, ante cualquier situación relacional inesperada, no parte de entrada de este posicionamiento, y que en general su punto de partida es “no voy a estar a la altura”. En aquel momento pudimos empezar a cambiar este punto de partida. Aparentemente, la información explícita “tú tienes derecho a pensar si el otro resulta agradable o no” es el motor del cambio, pero probablemente esta misma información, emitida en otro contexto con menos carga emocional, hubiera tenido una repercusión escasa. En cambio, en un momento de buena conexión intersubjetiva (él sentía que yo sentía con bastante precisión lo que él estaba sintiendo), él pudo también sentir lo que yo estaba sintiendo acerca de aquel hombre: “un pesado experto en zumos de manzana”. Es decir, pudo utilizar mis recursos relacionales implícitos y hacérselos suyos. Estamos bastante lejos del analista neutral.

Segundo año de análisis

No fue hasta el segundo año de tratamiento que Ferran trajo a su sesión un episodio que sucedió cuando tenía tres años y medio y que resultó ser de una enorme trascendencia. En la fiesta de celebración del bautizo de su hermana pequeña (él tiene dos hermanos, el mayor tiene 6 años más que él y con la pequeña se lleva tres años) Ferran tenía a la bebé en brazos, los adultos estaban enfrascados en sus conversaciones, cuando de repente, la bebé se le resbaló y se le cayó al suelo. Ferran recuerda el revuelo de aquel momento, su hermana llorando fuerte, su madre muy nerviosa de un lado para otro, se recuerda acercándose muy asustado para ver a su hermanita que estaba tumbada en un sofá, el padre lo miró y le gritó muy enfadado: “APARTATE, TRASTO INUTIL”. El bebé tuvo que ser intervenido

quirúrgicamente en varias ocasiones, durante tiempo quedó comprometido su desarrollo motor. En la actualidad como secuela física de este accidente, ella tiene una extremidad ligeramente más corta que la otra, teniendo que llevar plantillas dentro de su calzado. Ferran piensa que quizás desde entonces se ha visto a sí mismo apartado de su familia, como un extraño. Este hecho nunca fue hablado con sus padres, quedó fuera de la interacción entre Ferran y sus padres, de manera que Ferran tampoco lo pudo hablar consigo mismo, es decir quedó fuera de su conciencia. El día que lo pudo hablar en sesión le propuse que pensásemos sobre lo que sintió aquel niño de tres años y medio cuando ocurrió todo. Entonces Ferran arrancó a llorar. Percibí que se trataba de recuerdos que le asustaban y le hacían llorar, pero también percibí que mi pregunta le conmovió: posiblemente era la primera vez en su vida que alguien se interesaba por lo que él sintió en aquel momento tan difícil, y entre sollozos explicó que quizás desde entonces ha estado convencido de que era un niño malo. Me habló de las lecturas psicoanalíticas (el psicoanálisis es parte de su amplia cultura) que le llevaron a pensar que se sintió envidioso porque su hermana le arrebató su protagonismo y ello le impulsó a dejarla caer al suelo. Mientras escuchaba a Ferran explicándome aquel desgraciado accidente y especulando acerca de sus posibles deseos fratricidas que había leído en los libros de psicoanálisis, a mí me resultaba inimaginable que un pequeño de tres años y medio pudiera tener un bebé en brazos sin la atenta mirada vigilante de un adulto. Pensé que en ese momento Ferran, al igual que su pequeña hermana, había estado demasiado solo sin ningún adulto que le protegiera de los peligros. Mientras, Ferran, muy conmovido al revivir aquel suceso tan trágico y de tan duraderas consecuencias, curiosamente empezó a recordar su crisis confusional de los 17 años: *“Al salir del colegio (internado) estaba muy mal, entonces quería ser artista para tener protagonismo, puede que entonces tuviera la necesidad de recuperar esa experiencia vital de ser el centro de atención de mi familia, mis padres, mi hermana mayor..., para la que yo era su niño, hasta que nació la pequeña. Ahora entiendo...yo quería ser artista después de aquel hundimiento devastador, puede que yo necesitara, deseara recuperar aquella etapa a toda costa. En el colegio me llamaban “el artista”, era uno de los que mejor dibujaba...necesitaba llamar la atención, sentirme querido, lo que en el mundo del psicoanálisis sería ser un narcisista...Lo que yo entiendo ahora de mi mismo es que yo estaba tan mal, me estaba cayendo en un pozo tan oscuro que me agarré a la idea de ser artista como una manera, ahora lo veo, de recuperar la estima de los demás”*. Ferran se debatía entre asumir las presunciones del psicoanálisis de la sospecha (un narcisista fratricida que quiere ser un artista para seguir siendo “su majestad el bebé”), o asumir su terrible soledad y sus intentos desesperados de obtener reconocimiento.

Le pude decir que en el momento del accidente él estaba solo, igual que el bebé, sin nadie que les protegiera. Luego hemos podido ir viendo que este episodio ha sido traumático para F. no solo por lo sucedido, sino, y sobre todo, porque nunca pudo ser considerado como motivo de sufrimiento. No se habló nunca, el sufrimiento mental no pudo ser comprendido, quedó escindido y todavía no ha podido ser metabolizado. Entendimos esta experiencia, durante todo el tratamiento, como un hecho que dejó en él una secuela emocional importante. Desafortunadamente las personas de su entorno quedaron también muy dañadas y bloqueadas con el accidente, por tanto los adultos que rodeaban a Ferran

quedaron también muy mermados para poder suministrarle la comprensión que necesitaba. A medida que avanzaba el análisis pudimos reconstruir el relato con mucho más detalle, por ejemplo el dato de que fue el abuelo materno el adulto que puso en su regazo al bebé. También pudimos reconstruir, a partir de la única entrevista que tuve con la madre de Ferran., que las diferentes intervenciones quirúrgicas a las que fue sometida la niña no se debían al accidente en sí mismo, sino a una fragilidad ósea genética de la pequeña que precisamente se diagnosticó a raíz de las exploraciones médicas que siguieron al accidente. Este dato lo desconocía mi paciente y fue muy útil poder hablar con él de esta información que aportó la madre. Aquellos padres, probablemente impulsados por la urgencia de no dañar a su hijo hablando del accidente, o porque ni tan siquiera consideraron la posibilidad de hacerlo, lo convirtieron en tema tabú, hasta el extremo de que la información del diagnóstico de la enfermedad de la hermana quedó también fuera de de la interacción entre Ferran y sus padres.

Progresivamente, su sentimiento de sí mismo de “soy un niño malo” se fue transformando en “he sido un niño que ha estado muy solo”. A medida que fuimos entendiendo lo que había encontrado a faltar en la relación con sus padres (por ejemplo en el contexto del accidente), pudo ir cambiando su manera de vivirse a sí mismo.

Unas semanas después, Ferran visitó a sus padres, y consiguió hablarles de cómo le afectó aquel accidente, y de cómo había estado resentido con ellos al sentirse tan desamparado. Durante un tiempo, al hablar del accidente en las sesiones sentía una profunda tristeza que le hacía llorar, aunque sin la desesperación y la angustia de antes.

Tercer año de análisis

Ferran: *“El otro día usted me llegó al alma, cuando me dijo que el día que no vine a sesión usted imaginó que me habría dormido porque iba muy cansado”*. Efectivamente, la semana pasada Ferran faltó a una de sus sesiones (las sesiones son a las 8 de la mañana, es muy raro que F. falte a su sesión). En aquellos días F. estaba trabajando intensamente, cumpliendo con unos horarios excesivos. Al día siguiente llegó a la sesión con el convencimiento de que yo le vería como un irresponsable y un absoluto desastre; por eso cuando le comenté que me imaginaba que se había dormido porque estaría muy cansado, F. se conmovió. Después de comentarme que “le había llegado al alma”, asocia que está estableciendo un buen vínculo con un compañero de trabajo, él mismo se sorprende de lo poco perseguido que se siente (contrariamente a lo que había sido habitual). La secuencia de estas asociaciones nos hace pensar que el CRI (los demás me ven como un trasto inútil) de Ferran, que se había formado a través de repetidas experiencias relacionales con su padre, se amplía (Rosa me ve esforzándome para progresar) y ello le permite vivir a su compañero de trabajo como alguien que no le descalifica. **Es la experiencia emocional conmigo lo que modifica su memoria implícita acerca de lo que puede esperar de los demás.**

En esta época F. se desvincula de la mujer que le hacía de madre y de amante. De hecho esta mujer tiene desde hace tiempo una pareja con la que proyecta una vida en común. Todo esto

es especialmente duro para F pero se siente más seguro al contar con su tratamiento. En esta sesión me puede decir visiblemente emocionado: *“Usted me ayuda, su mirada es como la de un adulto que le da la mano a una criatura que va creciendo, es una mirada comprensiva y de amparo. Mis padres no pudieron, no supieron dármela, a mi me ha faltado esto”*.

Cuarto año de análisis

Durante las vacaciones de verano F. se fue a pasar unos días a la casa de campo de sus padres. La casa está algo aislada, y por las noches pasaba pánico. Cada pequeño ruido se convertía en un atracador que le iba a matar, de manera que acabó acostándose con un cuchillo de cocina debajo de la almohada. Después de aquella primera noche tan aterradora, F. empezó a emborracharse cada noche antes de acostarse para poder meterse en la cama estando aturdido. Las desagradables resacas del día siguiente le hicieron cambiar de estrategia:

“Me decidí a telefonar a una amiga y la animé a venir. Estando juntos, le conté lo que me había pasado durante seis días de pánico, imaginando que entraba un asesino. Ella me contó que de pequeña había pasado tanto miedo que dormía cada noche con un palo dentro de su cama. Un día su padre, al darle el beso de buenas noches, se sentó en la cama y descubrió el palo, entonces ella le explicó al padre los miedos que pasaba por la noche”

Este fue el inicio de la relación amorosa con la que actualmente es su esposa y madre de su hija. Las repetidas vivencias de conexión intersubjetiva conmigo durante más de tres años de tratamiento empezaban a legitimar sus miedos extremos. Aunque nunca fue dicho de esta manera, creo que él empezaba a percibir en mí que si yo hubiera pasado por circunstancias parecidas a las de él, tendría unos miedos también parecidos. Esta nueva convicción emocional le permitió **tolerar** la vergüenza que sus miedos le generaban, y ello a su vez le permitió compartir estos sentimientos con aquella amiga para establecer la base de una relación saludable.

Ferran: *“Para mí este tratamiento es como **una UVI para las emociones**. Yo llegué aquí hecho una mierda. Mi padre con sus limitaciones... sin darse cuenta me hizo la vida imposible... nunca ha encontrado nada bien en mí. Entonces iba a buscar cobijo en mi madre, pero ella respondía desesperándose, chillando y tirando cosas hasta romperlas, se tambaleaba hasta perder el equilibrio... En lugar de cobijo y comprensión, era yo quien tenía que comprenderla”*

En este momento Ferran arranca a llorar, todo su cuerpo tiembla entre sollozos, lágrimas, mocos, respiración entrecortada, llora desconsoladamente, se encoge de dolor, está temblando; al cabo de unos minutos se incorpora del diván, me mira y me pregunta si ya es la hora de terminar. En este momento tengo la percepción de que puede pensar que su descontrol emocional puede ser demasiado para mí. Le digo que tenemos todavía unos minutos, e intento transmitirle que me parece muy valioso que me pueda mostrar su sufrimiento, que así me ayuda a entender mejor las sensaciones que ha tenido que sufrir a lo

largo de su vida. A menudo se ha visto al psicoanalista como un experto en resolver jeroglíficos o enigmas. En cambio, este momento ejemplifica que la dificultad no estaba en encontrar la interpretación que diera cuenta de lo que le estaba sucediendo, sino que lo difícil para mí consistía en que aquella tormenta emocional, que literalmente convulsionaba su cuerpo, no me desbordara. **Sin decirselo de forma explícita, creo que conseguí transmitirle a nivel experiencial que yo sí podía interesarme en entender su sufrimiento, y que por tanto no necesitaba que él adoptara una inversión de rol (*rol reversal*), tal como le había sucedido con su madre.**

Ferran empezó su tratamiento con un sentimiento de odio y rechazo a su padre, a medida que este odio se pudo ir transformando, se abrió la posibilidad de pensar la experiencia relacional con su madre. Pudimos pensar juntos que si bien el desprecio de su padre había sido muy traumático para él, la fragilidad de su madre y su tendencia a buscar refugio en él, produjeron un efecto aún más traumático.

Sexto año de análisis

10 minutos antes de la hora suena el timbre, tres timbres insistentes y persistentes que me producen una cierta irritación, y una sensación de presión de que tengo que apresurarme a poner orden en mi consulta antes de empezar mi jornada de trabajo

Empieza la sesión hablándome de cambios: me habla de que le gustaría cambiar de casa, de que le gustaría cambiar el nombre de la tienda (que comparte con su mujer) por otro que fuera más fácil de recordar, etc. Yo pienso que él está inquieto ante su próxima paternidad (su mujer está embarazada de 6 meses), y le digo que pienso que siente una urgencia para que todo esté en **“perfecto estado de revista”** para cuando llegue el bebé. Creo que en este momento yo tenía presente todavía mi sensación de apresurarme ante la insistencia de sus timbrazos antes de la hora. Me contesta que su obsesión de que todo esté en perfecto estado de revista le parece exagerada, y con sorpresa se da cuenta que en esto es igual a su padre. Añade que ayer le recomendó a su mujer que aparcara el coche delante de la puerta de una manera determinada, igual que solía hacer su padre con él. Entonces reflexiona y me comenta que las presiones de su padre eran “muy desmotivadoras y molestas”, y que ahora su esposa debe sentir algo parecido con él, reconoce que se está poniendo muy pesado.

Entonces yo me animo y le comento el incidente del timbre insistente, que para mí también había sido desmotivador y pesado, él se disculpa y me explica que se puso nervioso pensando que venía a una hora equivocada, como un día que llegó a las 6 de la mañana (F. no suele llevar reloj) y se estuvo esperando en la calle dos horas

Al día siguiente me explica que ha estado soñando que dialogaba con alguien sobre la necesidad de que los médicos, farmacéuticos o abogados hagan bien su trabajo y sean responsables. Se me ocurre decirle que estamos en el mismo terreno que ayer, su preocupación para poder ser un padre responsable. Me contesta que hoy está muy contento porque la ginecóloga les ha confirmado que el embarazo va muy bien y que esperan una niña

en lugar del niño que les había dicho que era, la ginecóloga se disculpa por su error en el pronóstico del sexo del bebé. F. se ha llevado una alegría, porque prefiere una niña, y al llegar a la tienda, para celebrarlo, preparó un chocolate caliente. Me cuenta que organizó un pequeño o gran desastre --según como se mire-- porque la leche al hervir se derramó por todas partes y tuvo que limpiarlo todo, me dice: “fue una suerte que no hubiera nadie en la tienda, y pude recogerlo bien”. Me llama la atención que en esta ocasión no reacciona, como es costumbre en él, reprochándose ser un desastre, y le comento que él ahora trata de ser comprensivo consigo mismo cuándo se equivoca con el chocolate, pero que tiene miedo de no saber cómo hacer con su futura niña.

Me dice que él tiene el modelo de su padre, y que *“seguramente mi padre se angustiaba mucho y necesitaba que todo estuviera en ‘perfecto estado de revista’, y yo de niño lo interpretaba como que él me odiaba y yo le odiaba a él por eso, y luego, yo me odiaba a mí mismo. Me pregunto ¿qué clase de padre voy a poder ser con todo esto dentro de mi mochila? ¿Qué va a salir de dentro mío con todo esto...?, claro está que también tengo el referente que usted me ha dado en todo este tiempo de análisis. También la niña tiene a su madre, y la verdad es que ella ha tenido unas experiencias muy diferentes”*

Mi hipótesis es que a medida que Ferran ha sentido que se validaban sus emociones e iniciativas, a medida que ha empezado a desplegar su proyecto de vida (montar la tienda, formar una familia) va disminuyendo su odio contra el mundo y especialmente contra su padre. La paz del perdón sólo puede llegar cuando el sufrimiento ya no es aplastante. La figura de su padre ya no genera automáticamente la reacción emocional de odio, ello le permite empezar a poder resonar emocionalmente con él, puede empezar a sentir que su padre siente inseguridades y urgencias algo parecidas a las que siente él, y empieza a percibirlo como alguien que se pone muy pesado con sus urgencias en lugar de alguien que le odia. Esta secuencia de reacciones emocionales que van cambiando, se ha desarrollado a nivel implícito, como resultado de sus experiencias relacionales (conmigo, con su esposa, con su futura hija, con los clientes de la tienda, con sus vecinos...). El discurso explícito “mi padre no me presiona porque me odia sino porque está asustado” es más el resultado final que la causa del proceso de cambio. La emoción rabia ya no es una emoción catastrófica que automáticamente genera aniquilación (recuérdese el episodio de la paloma, y, en menor grado, el del “experto en zumos de manzana”). Durante estos 7 años, Ferran ha tenido repetidamente la experiencia que yo no me desbordaba ante su rabia, y también la experiencia de que yo podía irritarme con él (como en el episodio del timbre) sin que mi irritación se convirtiera en una catástrofe. Su memoria implícita sobre **cómo reaccionar emocionalmente ante las adversidades** se ha modificado a través de su experiencia relacional conmigo.

Último año de análisis

Ferran soñó que un político, perteneciente a un partido político ecologista, estaba dando una conferencia. De pronto en la sala aparece una rana de color verdoso-amarillento muy vivo y

brillante, que tenía **un anca más delgada que la otra**. El público de la sala increpaba al político para que cogiera a la rana y la sacara de la sala: “¿no eres ecologista? Pues devuelve la rana a su medio natural”. El político se defendía con argumentos racionales, pero en el sueño era evidente que lo que le pasaba es que no sabía cómo coger a la rana. Ferran asocia con un comentario que le hizo a su mujer la noche anterior mientras miraban un debate político por televisión: “hoy todo lo que hay para ver en TV es muy aburrido, debe ser una táctica del gobierno para aumentar el índice de natalidad”. Luego tuvieron relaciones sexuales. Para F. es claro que él a menudo se ha encontrado en la situación del político del sueño: cuando era adolescente no encontró una manera placentera de dar salida a su sexualidad, sentía miedo, asco y culpa; en cambio tenía un discurso racional y falso de defensa de la libertad sexual. Sus asociaciones sobre la rana del sueño nos llevaron al embarazo de su mujer (en su entorno se denomina “test de la rana” al test del embarazo) y a la pierna dañada de la hermana que le cayó de los brazos (la rana tiene una anca más delgada que la otra). Gracias al trabajo que F. ha realizado mientras dormía y soñaba, gracias a la película que ha construido, vamos creando una narrativa verbal de sus experiencias y podemos construir frases del tipo “*cuando pienso en hacer de padre de mi hija tengo la tendencia a sentirme pequeño e inútil como cuando se me cayó mi hermana*”. Curiosamente el sueño de un político “incoherente” nos permitió construir una narrativa más coherente con las experiencias de su vida.

Una de las últimas sesiones

“Esta mañana de camino hacía aquí, en las escaleras mecánicas del metro, un hombre estaba obstaculizando el paso, estaba parado en el sitio en que normalmente la gente se pone para avanzar, le toqué un poco en el hombro, y me respondió de malas maneras: ¡que pasa! Le contesté: ¡pues que estas bloqueando el paso!” Y a continuación F. me dice: “¡el muy idiota encima se queja!”

Me dice, que antes de empezar el tratamiento, él por **vergüenza extrema** no hubiera dicho nada aunque se hubiera sentido muy tenso sobretodo porque detrás tenía gente esperando. Cree que ese primer escalón él ya lo ha subido: ahora ya se atreve a expresar. Antes se quedaba bloqueado.

“El segundo escalón es que cuando me enfado no se me descontrola la rabia, en otro tiempo me hubiera peleado con ese hombre, incluso hubiera podido llegar a pelearme físicamente. Ahora no tengo ningún interés en pelearme...”

El tercer escalón que todavía me falta sería que esta escena no me dejara tanto fastidio interior, porque me descentra de mis cosas... hoy venía con la idea de contarle un sueño que con este incidente he olvidado por completo”

Creo que a F. le resulta evidente que estas distintas maneras de reaccionar emocionalmente ante imprevistos como el de la escalera mecánica dependen poco de su voluntad y de sus propósitos reflexivos. F. siente que su manera automática de reaccionar emocionalmente (su

memoria implícita o emocional) necesita seguir cambiando después del análisis. Pero ahora ya dispone de otras relaciones (especialmente su mujer y su hija) para ir practicando esta nueva manera de estar en el mundo.

REFERENCIAS

- Aron, L. (1996). *A Meeting of Minds. Mutuality in Psychoanalysis*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- Butler, J. (2005). *Dar cuenta de sí mismo*. Amorrortu editores (2009). Buenos Aires-Madrid.
- Coderch (2010). La práctica de la psicoterapia relacional. Colección pensamiento relacional. Ágora relacional. Madrid.
- The Boston Change Process Study Group – BCPSG - (2010). *Change in Psychotherapy*. W.W. Norton & Company. NY. London. EEUU
- Lichtenberg, J.D., Lachmann, F.L. & Fosshage, J.L. (2002). *A Spirit of Inquiry: Communication in Psychoanalysis*. Hillsdale, NJ.: The Analytic Press.
- Mitchell, S. A. (1990). *Conceptos relacionales en psicoanálisis: Una integración*. México: Siglo XXI. [Original de 1988]
- Riera, R. (2010). *La Conexión emocional*. Barcelona: Octaedro.
- Velasco, R. (2005). Comprensión relacional de la Transferencia en el vínculo analítico. *Intersubjetivo*, 7 (2): 172-179
- Velasco, R. (2008). La vergüenza en la de-construcción y construcción del sentimiento de Sí. *Clínica e Investigación Relacional* 2 (1): 58-67 [<http://www.ceir.org.es>]
- Velasco, R. (2009). ¿Qué es el Psicoanálisis Relacional? *Clínica e Investigación Relacional*, 3 (1): 58-67
- Velasco, R. (2011). Memoria y Conocimiento Relacional Implícito. *Temas de Psicoanálisis* nº 1 (Revista de la Sociedad Española de Psicoanálisis, Barcelona) [<http://www.temasdepsicoanalisis.org/>].

Original recibido con fecha: 17-4-2010 Revisado: 10-3-2011 Aceptado para publicación: 28-4-2011

NOTAS

¹ Trabajo leído como Presentación Clínica efectuada por Rosa Velasco en las *II Jornadas de IARPP-España*, 17 Abril 2010, Barcelona, a propósito de la Jornada de Trabajo con Karlen Lyons-Ruth.

² Rosa Velasco es Médico Psicoanalista. Miembro de la SEP (Sociedad Española de Psicoanálisis) y de la IPA (Asociación Psicoanalítica Internacional). Miembro de IARPP (Asociación Internacional para el Psicoanálisis y Psicoterapia Relacional) y Co-fundadora de IARPP-España. Conductora de la Sesión Clínica de la Unidad de Salud Mental Collblanch-Hospitalet. Barcelona. Institut Català de la Salut (ICS). Profesora del Máster en Psicoterapia Relacional. Madrid. Directora del Seminario *Patrón Relacional y Experiencia Subjetiva* en el Instituto de Psicoanálisis de Barcelona. Trabaja en Barcelona. C/ París, 170 5º 2ª Tel. 934102813. Correo electrónico: velascorosa@telefonica.net