

## La práctica de la psicoterapia relacional

CODERCH, JOAN. *La práctica de la psicoterapia relacional. El modelo interactivo en el campo del psicoanálisis*. Colec.: Pensamiento Relacional nº 2. Edit.: Ágora Relacional, Madrid 2010, pp. 335, cm. 21 x 15. ISBN 978-84-614-5896-7.

CODERCH, JOAN. *La práctica de la psicoterapia relacional II. Realidad, Interacción y cambio psíquico*. Edit.: Ágora Relacional, Madrid 2012, pp. 352, cm. 21 x 15. ISBN 978-84-939653-1-0.

La colección Pensamiento relacional, co-patrocinada por el Instituto de Psicoterapia Relacional y la Sección Española de la Asociación Internacional para el Psicoanálisis y la Psicoterapia Relacional, ha publicado un total de cinco obras hasta el presente. La última es el segundo volumen del psicoanalista catalán JOAN CODERCH. Presento las dos obras juntas puesto que forman una unidad. No era la intención del autor al publicar su primer libro, en esta colección, el que hubiera una continuación. Pero el mismo afirma: “Después de terminar la redacción de *La práctica de la psicoterapia relacional* percibí en mí el sentimiento de que se trataba de un manual útil para quienes deseen conocer los rasgos esenciales de la teoría relacional que, desde hace dos décadas, viene desplegándose con fuerza en el campo del psicoanálisis y la psicoterapia. Pero también me preocupó la idea que quedaban muchas cosas por decir, la posibilidad de una mayor profundización en algunos aspectos y, también, la necesidad de plantear nuevas preguntas e interrogantes. A partir de este sentimiento me sentí impulsado a escribir una continuación o segunda parte...”. El lector podrá percatarse de la profunda inquietud indagadora de este psicoanalista, que tiene en su haber muchísimos libros publicados de psicoanálisis. Además, ha sido fiel discípulo del fundador, SIGMUND FREUD, cuando expresa que toda teoría se realiza después de haber analizado la práctica o la clínica. Es decir, la vida, la praxis es la que cuestiona la teoría y ésta debe desarrollarse de acuerdo con las aportaciones prácticas. No de forma inversa puesto que entonces caemos en las ideologías, es decir, las ideas deben ser impuestas aunque la realidad sea otra y ésta se anule o se destruya. En los dos libros de CODERCH encontramos, y es lo más significativo e importante, que expresa su opinión después de haber expuesto y comentado la de los otros. No es una postura doctrinal o dogmática. Conoce lo que los otros dicen, en todo argumenta y pide argumentos. No afirmaciones o negaciones.

En su primer libro, el prólogo lo escribe ALEJANDRO ÁVILA, director de la colección, que hace una síntesis muy lograda de las ideas expuestas por CODERCH. Y éste expone el porqué de los cambios en la introducción. Ambos textos, como es lógico, van apareciendo con su argumentación en los capítulos siguientes. Así, tenemos que en el primer capítulo, cuyo tí-

tulo es "psicoanálisis relacional y neurociencias", sitúa el error de FREUD en el paso de dejar el trauma real, al trauma imaginario. Punto de partida que ha dado lugar a una multiplicidad de escuelas por reducir el psicoanálisis sólo y exclusivamente a lo intrapsíquico. De ahí las diferencias y distanciamientos, empezando por FERENCZI. El trauma real obliga a conectar con el entorno, el ambiente y hacerlo relacional. De ahí surge la apuesta y el posicionamiento de CODERCH ante su evolución, fruto de su experiencia y de análisis de los textos freudianos. En este mismo capítulo de forma clara, y remarcado muy pedagógica, habla de las neurociencias y psicoanálisis: el diálogo y no la confrontación, a pesar de estar realizado este trabajo a ciertos niveles superiores. El psicoanálisis no debe vivir aislado ni supeditado. Destaco lo bien explicado en cuanto a conceptos del yo, self y la diferencia entre mente y cerebro. Reiterará el autor, a lo largo de los capítulos siguientes, el reenviar de forma asidua al primer capítulo, ya que en él explica muchos aspectos de la neurociencia que subyacen en la teoría psicoanalítica relacional. Sus títulos nos indican su contenido. Así tenemos "La neurociencia y las relaciones interpersonales". "La plasticidad del cerebro". "Neuronas en espejo". "Neurociencia y psicopatología". "El yo desde el psicoanálisis y la neurociencia". El importante tema, debate de gran actualidad, "Las relaciones mente-cerebro". Y con un último apartado, también muy actual. "El desafío del reduccionismo". Todo un capítulo con una perspectiva de la situación actual, mirando al futuro.

En el segundo capítulo, cuyo título reza así: "*Diálogo, interacción y adaptación en el proceso psicoanalítico*", expone en qué consisten todos estos aspectos en el psicoanálisis relacional, comparando siempre sus diferencias con el psicoanálisis clásico. El autor expone la opinión de muchos otros autores psicoanalistas para corroborar su visión, pero sin dejar de argumentar siempre su propio punto de vista sobre "El diálogo analítico", un diálogo sencillo y natural. El silencio como comunicación y en el fondo entra en juego la psicología de dos personas. Una interacción recordando que el lenguaje es una acción que da pie a la teoría de la mente y a los esquemas mentales, subyaciendo siempre en ellos los neurotransmisores. Va distinguiendo aspectos, como esquemas organizadores y conceptuales. Todo lo cual va en pos de la adaptación como motivación básica. Y una explicación con una ilustración clínica sobre los pensamientos patológicos.

En el tercer capítulo, titulado "*La necesidad del modelo relacional*", tanto psicoanalíticamente como terapéuticamente, lo expone recordando a psicoanalistas precursores como HARRY STACK SULLIVAN, SANDOR FERENCZI y RONALD FAIRBAIRN. Clarifica de forma muy pedagógica la diferencia entre déficit y conflicto. Y presenta el modelo relacional como heredero de la técnica de FREUD. Explica el concepto de transferencia desde el psicoanálisis relacional y algunas características diferenciales de este modelo y su aplicación a la clínica. El cuarto capítulo presenta una temática muy recurrente: "*El espacio terapéutico y la autoridad del psicoanalista*", con la creación del espacio terapéutico, que es como se consigue, el uso del diván y por qué sí o no. El espíritu que debe dirigir y la responsabilidad del psicoanalista. Y entra en la autoridad del psicoanalista. De forma clara habla de una situación poco acorde con los parámetros de la ciencia. Además, el concepto de autoridad en los distintos modelos, el clásico y el relacional. Y la pregunta, ¿de dónde procede su autoridad? Y concluye con el tema "La crisis metateórica y la autoridad del psicoanalista". Se puede constatar en el libro todo un cuestionamiento razonable y necesario de los términos como de las reglas. Así, en el capítulo quinto, cuyo título da mucho de sí: "*Reglas clásicas del psicoanálisis. Del anonimato, abstinencia y neutralidad, al psicoanalista como participante observador*", el autor se adentra sin temor con el apartado "Bajo el imperio de las reglas y los usos de la comunidad psicoanalítica" y embiste, sin miedo, exponiendo cómo se han entendido, y se entienden las reglas básicas del análisis clásico. Cita autores muy significativos entre los muchos que han escrito sobre ello. Por lo tanto, no entro en su descripción, pero sí que es un capítulo que obliga a reflexionar entre lo que FREUD hizo y lo que sus continuadores prescribieron. Una distancia muy importante y un imperio de normas obligatorias, por no decir creencias, que se han vivido y aún para muchos se viven como intocables.

Analizados estos aspectos, el autor pone a la consideración del lector *Tres cuestiones a debate: Enactment, auto-revelación (self disclosure) y metas del psicoanálisis*, que constituye el sexto capítulo. Enactment, una de cuyas traducciones puede ser dramatización o puesta en escena, es un tema que hace unas décadas era desconocido, sólo algún que otro psicoanalista hablaba de él, pero no era escuchado como tantos otros temas, y que actualmente se ha escrito y se escribe mucho sobre este nuevo concepto que como anglicismo se ha oficializado. El gran cuestionamiento de las manifestaciones personales a lo largo del proceso analítico, ¿conveniente, inconveniente?, tema impensable hace décadas, pero manifestado por algún psicoanalista de mucha experiencia con grandes resistencias a ser tenido en cuenta por los otros colegas. CODERCH presenta la pluralidad de interpretaciones u opiniones. Expresa, este es uno de los logros del autor, dar no sólo su opinión, aspecto que mantiene a lo largo de todo su libro, sino recordar un aspecto muy claro: cada psicoanalista debe hacer su propia teoría interior sobre el proceso psicoanalítico. De aquí, su último apartado: ¿Investigación o metas terapéuticas? Y llegamos al último capítulo, del primer libro, el séptimo *La relación paciente-analista como agente terapéutico*. En las dos primeras páginas (239s), el autor ofrece todo un cuadro sinóptico de las tendencias de las corrientes psicoanalíticas, englobándolas en dos grupos: La orientación psicoanalítica, centrada en el valor terapéutico de la relación, entendida ésta no únicamente como soporte de la interpretación, y el *insight* la constituyen, como indica el autor, cinco importantes agrupaciones. La primera, la psicología del self. La segunda: El intersubjetivismo. La tercera: La teoría de la interacción. El cuarto: El grupo de Boston para el Estudio del Proceso del cambio Psíquico. Y la quinta, el Psicoanálisis Relacional. El autor declara que no pretende hablar de todos ellos, ya que requería un nuevo volumen, y no es su propuesta en el presente. Todas estas escuelas presentan un factor común y, en frase del autor, reconceptualizan radicalmente la esencia de lo que constituye la corriente principal del psicoanálisis. Y cita algunas escuelas de esa corriente clásica, como es la escuela de A. FREUD, la psicología del yo, la escuela kleiniana y cita también el psicoanálisis francés, también llamado lacaniano. El resto del capítulo expone esa nueva forma de entender la clínica, basada en el diálogo interpretación-relación. Lo hace a través de varias ilustraciones clínicas, todas ellas las considero modélicas, puesto que a continuación las encuadra en la teoría relacional de forma clara y argumentada. Habla del estilo psicoanalítico de MITCHEL junto con las intervenciones, siendo más importante no si se sigue el modelo al pie de la letra, sino si son eficientes para el proceso y cambio del paciente. Ciertamente, una crítica al modelo clásico analítico, que pesa ser más ortodoxo si se aplica bien el modelo, que si es eficiente en la cura. Finaliza comparando si hay verdaderamente diferencias significativas con la teoría de la intersubjetividad y la Escuela de Boston. Y así se comprende el subtítulo del libro: "El método interactivo en el campo del psicoanálisis".

Aquí termina el primer libro, pero como he indicado al principio, el autor sintió que debía profundizar la materia para ser mejor comprendido. Y así nació el segundo volumen: "La práctica de la psicoterapia relacional II. Realidad, Interacción y Cambio psíquico". En este, el prólogo lo escribe una psicoanalista catalana NERI DAURELLA, situando el libro en un contexto de continuación con un buen resumen de cada capítulo, sin dejar por ello de disentir cuando lo considera oportuno. Al final expresa: "Coderch se muestra como un psicoanalista preocupado, no solo por la humanización de la relación analítica con el paciente individual, sino por la repercusión que esa actitud pueda tener en nuestro entorno social". Y en la introducción, el autor se sitúa en el porqué del segundo volumen. Su honestidad científica e indagadora le lleva a profundizar y clarificar aspectos que considera que no han quedado lo suficientemente expuestos en su obra anterior. En el primer capítulo, ¿El amanecer del psicoanálisis o su crepúsculo?, el autor vuelve a redoblar su exposición ante lo que él considera que no fue el inicio del psicoanálisis sino su crepúsculo, cuando FREUD pasó del trauma real al trauma imaginario. Insistiendo que, a pesar de ello, FREUD mantuvo siempre el aspecto del trauma real, pero no en la superficie, y que fue básicamente FERENCZI

quien lo sacó a flote, pero fue marginado por los demás. Este abandono de la realidad, el autor también lo muestra con la lectura del *Complejo de Edipo* de SÓFOCLES, cuya lectura completa se puede suponer que Freud no la realizó. Y si lo hizo fue escomotizada. A partir de ahí el psicoanálisis tomó una dirección de aislamiento, al reducir su objetivo solo y únicamente en lo intrapsíquico y de ahí, la diversidad de escuelas analíticas. Ante la concepción de la mentalidad cartesiana, aislada, se opone frente a ella el psicoanálisis contemporáneo con el modelo intersubjetivo. Recurre para ello a las neurociencias. Busca la integración mente-organismo como una sola realidad, y no dividida. Lo plantea hablando de la mente corporeizada y siendo su lengua las metáforas, dando importancia a las metáforas primarias. Y realiza un cuodlibeto importante: ¿Existen las fantasías endógenas?

¿Qué entiende FREUD por ellas? Lo inconciliable de esas fantasías endógenas con los conocimientos científicos actuales. Y acaba comentado cómo se explican desde la perspectiva de la teoría de la subjetividad. El autor es muy consciente de su reflexión de cambio y lo muestra en este segundo capítulo *El contexto material y sociocultural en el que viven los seres humanos*. Lo resumiría así: Si el psicoanálisis clásico fue fruto de un contexto, habiendo cambiado ahora el contexto emerge el psicoanálisis relacional. Y son las ciencias que nos van informando de este cambio. Las ciencias evolucionan. Por tanto, no es el mundo científico de FREUD, la ciencia positivista, el que predomina o indica cómo se puede interpretar la realidad. Por ello el psicoanálisis debe dialogar con las ciencias de la física cuántica, con las ciencias de la complejidad. El universo no se ve como en tiempos de FREUD. Hoy es otra visión. Y de ahí el contemplar los procesos psíquicos de otra forma, afirmando que el descubrimiento auténtico de FREUD fue comprender los procesos primario y secundario. Y ver lo explícito e implícito en la mente con las diferentes clases de memoria. Todo ello da una nueva perspectiva a los conceptos clásicos e incluso alcanzando su superación. Y no solo las ciencias han cambiado sino también la realidad socio/cultural. Una reflexión, a mi entender muy importante, es la que reclama el autor: el diálogo del psicoanálisis con las antropologías. En este ámbito sigue las ideas de L. WHITE y de L. DUCH. Clarifica el concepto de cultura y civilización para situar mejor, en el fondo, la relación terapeuta-paciente. Con todo, un cuadro, que no debe seguir la rigidez del clásico, no perteneciente a FREUD, sino a sus discípulos, y atenerse a las circunstancias actuales. El autor no deja de citar autores que le corroboran su visión personal.

La última parte de este capítulo reemprende, pero reenvía a sus obras anteriores, el diálogo complejo entre cultura posmoderna y psicoanálisis, por lo que no se extiende en demasía. Si el psicoanálisis lo podemos considerar iniciador de la postmodernidad, también es ésta quién luego lo critica por su enclaustramiento. Y vendrá el debate entre psicologismo y culturalogía. El peligro es separarse en lugar de fecundar una dialéctica constructiva y enriquecedora. Todo ello lleva a considerar que los pacientes actuales no presentan los mismos síntomas que en tiempo de FREUD. Y así, CODERCH presenta algunos de los rasgos de los pacientes con los que se encuentra en la consulta y se puede generalizar: Sentimiento de carencia de raíces. Sentimiento de falta de identidad. Provisionalidad. Temor a vivir algo o a alguien como valioso. Necesidad de ídolos. Sentimiento de riesgo. La afirmación que cierra ese capítulo es recordar que el mundo emocional explícito e implícito es la tarea de todo psicoanálisis.

Y así entramos en el tercer capítulo que titula *La interacción paciente-terapeuta como fundamento del cambio psíquico*. Para CODERCH el principio más destacado del psicoanálisis relacional es la convicción de que todo cambio psíquico en la terapia analítica proviene o emerge de la interacción paciente-analista. Y lo muestra a lo largo de todo este capítulo, teniendo en cuenta en la primera parte la interacción y la teoría general de los sistemas, basándose en BERTALANFFY, recalcando que las palabras son actuaciones, por lo más que denotan, connotan. Y nos lleva a tener en cuenta que más que hablar de conflictos intrapsíquicos, que no los descarta, básicamente ha de ser el déficit emocional, por lo que el yo debe fortalecerse para enfrentarse o resolver los desequilibrios. Por ello recuerda la fra-

se o la máxima de FREUD, que es fundamental: *donde estaba el ello ha de estar el yo*. En la segunda parte, expone la interacción en la clínica psicoanalítica. No quiere que se olvide que esa actuación ya en vida de FREUD se tuvo en cuenta, citando a FERENCZI. Y entra de lleno en las teorías del apego. Continúa profundizando a través de los estudios realizados sobre esta temática. Menciona los cuatro postulados de la teoría de la interacción y concluye con la información y comunicación. Dos aspectos que hay que distinguir hoy en día de forma muy clara en una sociedad donde todo es un alud de informaciones y nada de comunicación.

En el capítulo cuarto, dedicado al cambio psíquico, el autor profundiza lo que ya empezó en el cap.7 de la primera parte. Todo un capítulo digno de ser leído y reflexionado con calma. Es un giro copernicano a la técnica del psicoanálisis clásico por su rigidez frente a la actitud, que no método, del psicoanálisis relacional que pregona CODERCH en todo tratamiento de orientación psicoanalítica. El cambio fluye de la relación, es decir, de una relación humana específica para poder provocar un cambio interior. Hay que responder a las necesidades o déficits del paciente y no sólo si la aplicación del método es correcta o no, recordando sin ambages que hay límites somáticos, culturales como sus propios determinismos. El autor reflexiona a fondo en qué ha de consistir el cambio psíquico. Introduce un aspecto, viejo al mismo tiempo, que el psicoanálisis en su trabajo personal debe poder desplegar y abrir los horizontes del paciente para que pueda considerar los valores humanos. Recuerda a SÓCRATES y a KANT, de nuestro mundo cultural occidental. Me llama la atención cómo el autor, partiendo de la clínica y de la profundidad del ser humano, del que no sabemos nada, pero que hay que trabajar el "conócete a ti mismo", siendo más consciente de lo que sabes, pero no conoces. No es adoctrinar sino eliminar trabas mentales para facilitar el crecimiento y evolución de aquello que pertenece de lleno a la esencia humana. Y así da una nueva versión de la máxima freudiana de: *donde estaba el ello ha de estar el yo*. Analiza la diferencia entre estructura y cambio. Habla de las funciones y considera la mente como un continuo. CODERCH parte de FREUD pero da un paso más adelante. Así, por ejemplo, el proceso primario no es solo arcaico sino también evolucionado, lo cual conlleva todo un nuevo enfoque. No hay nada que sobre en la naturaleza como nada debe ser eliminado, sino todo integrado y complementado. Lo deja claro al final de este capítulo: "El analista ha de ayudar al analizado a esforzarse para que alcance su máximo valor en tanto que persona".

Y entramos en su último capítulo, el quinto: "Intersubjetividad, teoría de la mente y mentalización". El autor recorre siempre a las bases neurobiológicas porque confirman intuiciones analíticas y además permiten explicarlo con más profundidad. De aquí la intersubjetividad primaria y secundaria, como la diferencia de intrapsíquico e intersubjetividad, y la aportación del sistema de las neuronas de espejo. Un dato, recurrente en la obra, es cómo CODERCH explica su evolución, partiendo siempre de su formación recibida y de su experiencia clínica. Y siendo buen freudiano, es la clínica o la experiencia la que obliga a cuestionar las teorías. El ha sido siempre fiel a este principio. Amplía el concepto de interpretación del analista en la dimensión intersubjetiva. Da paso, a continuación, al concepto de Teoría de la mente que es menor que el de la mentalización. Finaliza este último capítulo del autor, no del libro, con dos casos clínicos, muy bien escogidos, para mostrar cómo aplica en la clínica el nuevo paradigma del psicoanálisis relacional. Su lectura me ha llevado de forma continua al mundo pedagógico donde se intenta, se estimula, que el educando piense por sí mismo, se introspeccione, se dé cuenta de su interior, tanto emocional como cognitivo, concienciar lo inconsciente no reprimido y otros aspectos. Un libro que debería ser leído por toda persona del mundo de la psicología para constatar el giro copernicano que da lugar al psicoanálisis contemporáneo en relación al clásico. Muchísimos aspectos cambian, pero el hilo conductor es el mismo: la salud, el bienestar y el bienser.

El último capítulo es de una colaboradora del autor, ÁNGELS CODOSERO, que describe la evolución de la teoría traumática en el pensamiento psicoanalítico, pero especifica como

estudio de los efectos de las carencias o fallas de la díada niño-cuidador o sea el trauma psíquico frente a la diferencia del concepto de trauma entendido como un acontecimiento externo. Después de hacer una buena descripción sintética de la teoría traumática, partiendo de FREUD en su giro, los problemas con el trauma del nacimiento, aparece FERENCZI y el rescate de la teoría traumática. Habla de KLEIN, BION y MELTZER. Continúa con FAIRBAIRN, WINNICOT y otros Un punto para KOHUT y la psicología del ego como de BOWLBY para la teoría del apego. De forma paulatina va implantándose la nueva, pero al mismo tiempo vieja, la teoría del trauma en el pensamiento psicoanalítico. Y finaliza el libro con un epílogo donde se hace una buena síntesis de las diferentes escuelas ante el trauma.

Como he indicado, se trata de un libro de lectura obligada para toda persona que quiera saber e informarse del nuevo enfoque o giro copernicano del psicoanálisis, acorde con la situación contextual y cultural del siglo XXI, así como con las nuevas aportaciones, no existentes en tiempo de FREUD: neurociencias, neurobiología, lingüística, nuevas antropologías. Una lectura que no decepciona y a la par muy estimulante. Un libro que corrobora la experiencia de muchos psicoanalistas, que no se atreven a exponerlo en público. CORDECH lo hace científica y pedagógicamente.

*Jaume Patuel*