

Cómo trabajo con los Procesos Inconscientes:

Estudio de un caso¹

Donnel B. Stern²

William Alanson White Institute y

Programa Postdoctoral en Psicoterapia y Psicoanálisis

de la Universidad de Nueva York

Tras una breve revisión de cómo conceptualizo el proceso clínico, presento un caso como ejemplo para ilustrarlo. Comienzo con una breve presentación teórica para orientar al lector, para seguir con el caso clínico, más largo, que sigue como ejemplo. La teoría, mi conceptualización del proceso inconsciente, es una variación de la teoría del campo, la cual he estado desarrollando desde hace unos años. La teoría se desarrolla desde la idea de la experiencia no formulada, según la cual el inconsciente se compone de varios potenciales cambiantes, de los cuales sólo algunos se actualizarán en la experiencia consciente. Cuál de estos potenciales será formulado y por tanto emergerá en el consciente, está determinado por la naturaleza del campo interpersonal. La constricción en el campo reduce la libertad de pensamiento y emoción de los participantes en el campo. Por tanto, liberar el campo, y no la comprensión vía la interpretación, se convierte en el objetivo clínico.

Palabras clave: campo interpersonal, inconsciente, experiencia no formulada, enactment, disociación, libertad relacional.

After a brief review of the way I conceptualize clinical process, I present a case example to illustrate it. I begin with a brief theoretical presentation, to orient the reader for the longer clinical case example that follows. The theory, my conceptualization of unconscious process, is the variety of field theory that I have been developing for some years. The theory grows from the idea of unformulated experience, according to which the unconscious is composed of various, shifting potentials, only some of which will be actualized in conscious experience. Which of these potentials is formulated and thereby emerges in consciousness is determined by the nature of the interpersonal field. Constriction in the field reduces the freedom of thought and feeling of the field's participants. Freeing the field, then, and not understanding via interpretation, becomes the clinical aim.

Key Words: interpersonal field, unconscious, unformulated experience, enactment, dissociation, relational freedom.

English Title: How I work with Unconscious Process: A Case Example

Cita bibliográfica / Reference citation:

Stern, D.B. (2020). Cómo trabajo con los procesos inconscientes. Estudio de un caso. *Clínica e Investigación Relacional*, 14 (2): 295-305. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2020.140202

¹ Este trabajo se presentó originalmente en un panel en el programa Postdoctoral en Psicoterapia y Psicoanálisis en la Universidad de New York en Mayo 2019 "El camino Real: ¿Dónde estamos ahora? La conceptualización y el Trabajo con el Inconsciente – Tres Perspectivas Analíticas." Los otros panelistas fueron Danielle Knafo, Ph.D. y David Lichtenstein, Ph.D. Traducción castellana de María Hernández Gázquez. Presentado en el Seminario Clínico realizado por videoconferencia desde New York para Ágora Relacional, Madrid, el 7-3-2020.

² Donnel B. Stern, Ph.D. es analista Didacta y Supervisor del William Alanson White Institute; y Profesor Clínico Adjunto y Consultor Clínico, en el Programa Postdoctoral en Psicoterapia y Psicoanálisis de la Universidad de Nueva York. Es el fundador y editor de "Psicoanálisis en una Nueva Clave", una serie de libros de Routledge, y anterior editor en jefe de *Psicoanálisis Contemporáneo*. Ha escrito cuatro libros, el más reciente es *La Infinitud de lo no dicho: Experiencia no formulada, lenguaje y lo no-verbal* (2018); y ha co-editado otros cuatro libros más, el cual el más reciente es *Desarrollos Adicionales en el Psicoanálisis Interpersonal, 1980-2010: La Evolución en el Interés en la Subjetividad del Analista*. Miembro del consejo editorial de varias revistas psicoanalíticas.

Experiencia no formulada y los acontecimientos del campo³

Para Freud (1895 – 1915) los contenidos inconscientes están completamente formados. Estos contenidos – es decir, las presentaciones-de-las-cosas – no se pueden captar por la mente, por lo que sólo podemos saber qué son mediante la inferencia. Este es el eterno problema al que se enfrenta el psicoanálisis: dado que no podemos penetrar en el proceso inconsciente, ¿cómo podemos conocer su naturaleza? Freud parece dar por hecho que los indicios que tenemos de las presentaciones-de-cosas - presentaciones-de-palabras – se refieren a significados completamente formados. La fantasía inconsciente, aunque no se puede percibir directamente, está “ahí”. Pre-existe a nuestro conocimiento de las presentaciones-de-palabras que utilizamos para intentar capturarla.

No creo que la mejor forma de concebir el proceso inconsciente sea como un significado completamente formado. El proceso inconsciente para mí es una experiencia *potencial*, como algo que la experiencia consciente *puede llegar a ser*; y por esta razón, no acepto (2010a, 2014) que los contenidos del inconsciente se describan acertadamente como una fantasía inconsciente. Describo la significación potencial que, para mí, es un proceso inconsciente como una “experiencia no formulada”, y lo describo como estados que están vagamente organizados, primitivos, globales, no ideativos, y saturados afectivamente. Tomo la postura de que la experiencia consciente no es estática, sino que está continuamente en el proceso de llegar a ser – de ser formulada y reformulada – una y otra vez (Stern, 1983, 1997, 2010b, 2105, 2018).

Espero que tenga sentido entonces, dentro de mi marco de referencia, que los acontecimientos clínicos más cruciales de momento a momento – tanto dentro como fuera de la sala de consulta – son aquellos que resuelven la ambigüedad de la experiencia no formulada en un tipo de forma explícita, consciente. Según mi pensamiento, la influencia más significativa sobre la forma que toma la experiencia consciente, es la configuración actual del campo interpersonal. Es decir, la naturaleza de la relación analítica es principalmente responsable de la experiencia que pueden tener el analista y el paciente conscientemente en la presencia del uno con el otro. En la medida en que el campo es libre para desarrollarse espontáneamente, los pensamientos y emociones conscientes tanto del analista como del paciente serán libres de hacer lo mismo; y en la medida que el campo esté congelado o constreñido, la profundidad y espontaneidad de la experiencia consciente de los participantes estará comprometida. En otras palabras, la aparición de una nueva experiencia consciente, depende de un cambio o modificación en el campo.

³ N. de T.: Campo (interpersonal) configurado por el paciente y el analista

Así, en mi marco de referencia, la revelación de contenido inconsciente no es lo realmente importante, y la interpretación no es necesariamente el medio de la acción terapéutica. Posicionarme en este punto de vista no es equivalente a descartar la interpretación, por supuesto, ya que lo que le decimos a nuestros pacientes tiene una importante influencia sobre la siguiente generación de acontecimientos clínicos. Pero más importante, desde mi óptica, es la espontaneidad y la libertad del campo. Para mí, cuando el analista es capaz de saber o sentir algo nuevo hacia o sobre el paciente – es decir, cuando el analista es capaz de una nueva experiencia o de hacer una nueva interpretación – los detalles de lo que el analista le dice al paciente (las interpretaciones) juegan un papel menos importante en la acción terapéutica, que una nueva disponibilidad de libertad en el campo que hizo que la interpretación fuera posible en primer lugar (Stern, 2009, 2013, 2017). Así, intento enfocar mi atención clínica sobre la forma en que el campo está constreñido, formas en que, lo que llamo “libertad relacional” está comprometida. En general no pienso sobre mis intervenciones como interpretaciones conscientemente elegidas, aunque puedan tomar esa forma, sino como participaciones que nacen de estar involucrado con el campo, consciente y (especialmente) inconsciente (Stern, 2015). Juzgo el éxito de mis intervenciones preguntándome a mí mismo si contribuyen al despliegue espontáneo del campo, o si, por el contrario, refuerzan un tipo de constricción interpersonal.

Ilustración Clínica

Ahora permitidme que os presente a Alan, un paciente mío de 26 años. Es tierno, emocionalmente generoso, encantador, cálido y todo lo honesto que se puede ser, mientras hace lo posible por pasar desapercibido. Sin embargo, su forma de pasar desapercibido puede inducir al error. Es sincero, pero va y viene. Alan es con frecuencia auto-crítico de forma indirecta, a través de otros, hasta el punto de odiarse a sí mismo; pero en algún aspecto significativo tiene a la vez una muy alta opinión de sí mismo. Tiene un MBA, y un poderoso interés en obtener éxito y riqueza, y es muy inteligente. Probablemente se podría decir que es brillante. Alan me llegó a través de un colega de otro estado. Le veo tres veces a la semana, y llevamos trabajando juntos alrededor de un año. Recientemente ocurrieron una serie de sucesos entre nosotros que espero puedan ilustrar mis pensamientos sobre el trabajo con el proceso inconsciente.

Alan está en tratamiento por ansiedad y depresión, que con frecuencia han sido lo suficientemente severos como para ser debilitantes, y hacer que le sea más o menos imposible levantarse de la cama. Esto, por supuesto, ha sido un reto para él de muchas formas, y sin duda en su carrera. (Después diré más sobre eso). Pero cuando puede trabajar,

se aprovecha de que para la edad que tiene, es inusualmente experto e intuitivo en el ámbito financiero. Ha empezado a trabajar para varios fondos, y en cada uno, se le reconoce casi inmediatamente como un niño prodigio, y se le dan responsabilidades sorprendentemente altas. Y cada vez fracasa, ya que, después de empezar encendiendo todos los motores – con entusiasmo, impresionante y lleno de energía – Alan simplemente no consigue levantarse de la cama para ir a la oficina. Parece que la posibilidad de éxito sólo ha empeorado este problema.

Cada vez que eso ocurre, Alan encuentra la forma de recomponerse, retomar sus esperanzas y empezar de nuevo. Cada vez, ha podido usar la considerable influencia de su padre en el mundo financiero para seguir introduciéndose, y crear altas expectativas entre sus colegas mayores. A medida que las cosas se iban deteriorando en su trabajo más reciente (el único del que yo he podido ser testigo), y durante un tiempo después, le abrumaban la desesperación, una sensación suicida, y un aplastante odio de si mismo. Aun así, parece que nadie le injuria ni le culpabiliza, ni siquiera aquellos a quienes ha defraudado. Alan tiende a inspirar una sensación cálida en los que le rodean, y eso me incluye a mi. Así que cuando fracasa, a sus compañeros de trabajo les parece que es una gran pena que no haya podido hacer que funcionara. Tiene varios amigos cercanos de muchos años, jóvenes a los que conoce desde el principio de su vida, un hecho que es un buen presagio para el futuro.

Alan es el mayor de cuatro, dos hermanas y un hermano. Todos están unidos, los unos con los otros. Son aliados que dependen unos de otros en muchas formas, y especialmente a la hora de tratar con sus padres.

Las relaciones de Alan con su padre y su madre son más complicadas. Diría que es devoto de sus padres; pero también diría que tanto él como ellos necesitan verle de esta forma. Me parece que su padre está auténticamente preocupado por su hijo, es quien paga las facturas de su tratamiento y sus gastos de manutención, y me llama para pedirme consejo de vez en cuando, que no le he querido dar. Le digo que entiendo que sienta que debe de hacer lo que pueda para motivar a su hijo, pero es algo entre ellos, y que debe de hacer lo que crea mejor. Recientemente he sabido que el hecho de haber contestado a estas llamadas es problemático para Alan, quien, hasta entonces, había dicho que debía sentirme libre de hablar con su padre. Alan es muy complaciente – a veces en detrimento suyo. Ahora está de acuerdo conmigo cuando le digo que creo que el que hable con su padre puede hacerle sentir que el tratamiento es algo que le pertenece menos a él. Alan siente que su padre es cariñoso y generoso, pero también lo siente demandante, centrado en si mismo, e incapaz de ver el punto de vista de Alan.

La madre ha sido diagnosticada como Bipolar y consume demasiado alcohol. Alan se crió con sus frecuentes rabietas, durante las cuales gritaba a los niños de forma que con frecuencia le asustaba. A veces estos episodios ocurrían en público, lo que le resultaba humillante; a veces Alan se veía reducido a lágrimas y terror, escondiéndose durante horas en un oscuro armario. La madre y el padre están y siempre han estado, muy impresionados con los talentos de Alan, especialmente su inteligencia, la cual la madre describía a sus amigas y conocidos en gran detalle, a veces en su presencia. Alan me dice que era un niño muy obediente, y le creo. Su madre ayudó a crear este atributo y luego lo explotaba, mostrándolo ante sus amigas como un pony de feria. Alan puede decir que resentía de este repetido escenario: pero no rehusó participar, como tampoco lo hace ahora, cuando surge la ocasión.

Alan creció sintiendo que le debía a sus padres ser un buen hijo, lo que significaba que debía ser obediente y agradecido. Rara vez les contestaba, y se siente mal de aquellas ocasiones en las que sí lo hizo. Me parece, cuando le escucho, que ambos padres insistían en, y se sentían con el derecho a, su continua devoción, y que cualquier desviación de esa actitud resultaba en ira o sentimientos de terrible dolor por parte de sus padres. Hoy, para Alan los sentimientos de dolor y decepción son peores que la ira, pero puedo imaginar que cuando era más joven a menudo esto no fue así. Alan y sus tres hermanos hablan con franqueza, y con un grado de madurez que encuentro un poco chirriante, de cómo manejar las necesidades de sus padres. Con frecuencia me parece que los niños son los padres.

Cuando Alan tenía ocho años, tuvo una experiencia que él considera formativa. En su mente era, lo que a él se refiere a, un jugador de baseball "magnífico". Un día tuvo un accidente grave en el campo. Su madre desestimó la lesión, y le dejó en el campo de juego para hacer unos recados. Resultó que Alan tenía una grave fractura compuesta. Como él dice, su carrera deportista se había truncado; eliminado de un plumazo. Me contó su historia varias veces, y cada vez, junto con el trauma, sentí una sonrisa rondando justo por detrás de su faz, transmitiendo lo que me imaginaba era el secreto placer de haber podido *pillar* a su madre en esta ocasión.

Esta historia está imposiblemente condensaba, pero, aunque sólo sea un esbozo, estoy seguro de que sugiere algo de lo que ha ocurrido en su relación conmigo. Al poco tiempo de empezar Alan y yo a trabajar juntos, hablé con su terapeuta anterior (el colega de otro estado que me lo refirió, al que mencioné antes), a quien admiro y respeto. Le dije a ella que Alan me gustaba. Ella me respondió, "A mí también. Simplemente me hubiera gustado que viniera más a menudo a terapia.". Así que aquí vamos. En ese momento, Alan estaba faltando a alguna sesión que otra conmigo. Faltaba con más frecuencia que la

mayoría de mis pacientes, pero no lo suficiente para que fuera un problema serio para el tratamiento. Las cosas le iban bien entonces: se acababa de mudar a su nuevo apartamento con su amigo más antiguo, y estaba volando alto con su nuevo trabajo.

Entonces, cuando parecía que iba en una trayectoria ascendente en su trabajo, Alan empezó a faltar a más sesiones que a las que acudía. Primero, faltaba a una o dos por semana (de tres); entonces, un mes, faltó a casi todas. Con el tiempo estaba faltando a casi todas. Estaba deprimido, sí, pero eso no era ni de cerca la historia completa. A medida que fui conociendo su dificultad de salir de su apartamento, empecé a llamarle cuando llegaba tarde, con la idea bastante clara de que aún estaba en casa. A veces contestaba su teléfono, a menudo no lo hacía. Siempre tenía largas y complicadas explicaciones para haber faltado a la sesión, y seguía insistiendo que iría si pudiera. Pero algo siempre se lo impedía. Con frecuencia he escuchado explicaciones como estas; todos las hemos escuchado. Pero Alan es un campeón dando explicaciones. Una y otra vez algo había ocurrido que parecía inevitable.

Aquí hay un ejemplo típico: Un día a la hora de su cita, me envió un mensaje de texto diciendo que tenía náuseas y estaba mareado, pero esperaba poder hablar conmigo por teléfono. (Me escribía mensajes de texto con frecuencia, normalmente entre sesiones; y, como veremos, a menudo hacía un trabajo valioso en esos textos, aun cuando no venía a las sesiones.) Sin embargo, ese día, no supe de él y no contestó su teléfono. Resultó que no estaba realmente enfermo. Se había quedado dormido, y durmió mientras sonaba el teléfono. Sí creo que su mensaje de texto era sincero, y realmente sí creo que se durmió y que consiguió no escuchar el teléfono. El no miente.

Con el tiempo le pregunté que si quería seguir con el tratamiento. Le dije que no era necesario forzarse a hacer algo que realmente no quisiera, y que pensaba que lo pasaría fatal diciéndomelo si es que no quería estar ahí. También le dije que sabía que él sentía que estaba desperdiciando mi tiempo y el dinero de su padre, y que eso lo odiaba. Este era un tema para él. Él quería poder mantenerse a sí mismo, pero no podía controlar sus gastos, y a menudo sentía que lo único en el mundo que le podía reconfortar era la muy buena comida.

Pero Alan insistía en que sí quería venir, y que quería y necesitaba estar en terapia, y que su dificultad para llegar no reflejaba el deseo de no estar ahí. Estaba de acuerdo conmigo cuando le respondí que pensaba que él y yo nos entendíamos bastante bien, y le dije que este hecho hacía que su afirmación de que sí quería continuar nuestro trabajo fuera creíble. Parecía que no estaba evitando el tratamiento para evitarme a mí – aunque como veréis, esto no era la historia completa.

Con el tiempo empecé a pasar una parte significativa de nuestro tiempo juntos ofreciéndole a Alan interpretaciones sobre este problema de poder llegar a sus sesiones. Comunicué mi mensaje de muchas maneras. La más común era referirme a dos partes diferentes de él, una que quería venir y otra que no. No era difícil conectar este pequeño modelo a la situación de Alan con sus padres: su deseo de ser un niño bueno y su resentimiento por ello. Le dije que la solución ideal era negarse a ser un niño bueno – en este caso siendo un buen paciente – sin sentirse que era responsable de ello, ya que sus ausencias eran por fuerza mayor, y no por elección propia.

Según iba pasando el tiempo, sentía cada vez más que lo que estaba diciendo estaba rancio e intelectualizado, y encontraba que no emergía de mí lo que le quería decir, en la forma que generalmente siento, con la llegada a mi mente de intervenciones que son vitales y afectivamente vivas, sino que estaba recurriendo a interpretaciones estereotipadas. Le dije a Alan más de una vez que no estaba contento conmigo mismo en este sentido. Le dije que parecía que habíamos conseguido darle sentido a su capacidad de venir a las sesiones, pero sentía que era como darle en la cabeza con mis interpretaciones. Como era previsible, Alan me daba la razón. Sabía que le hubiera gustado que su afirmación fuera sincera, pero yo también sabía que no lo era.

¿Qué pensáis que ocurrió en respuesta a toda mi argumentación intelectualizada? ¿Cómo podía Alan mantener el estatus de niño bueno mientras continuaba llevando a cabo su venganza? Lo hizo al serle imposible comprender lo que decía. Mis interpretaciones, aunque sencillas y estereotipadas, le desconcertaban. Estaba genuinamente perplejo. Luchaba obedientemente. Pero no lo entendía. Y entonces, finalmente Alan, ya no sólo no venía a sus sesiones, sino que también dejó de contestar el teléfono. Esto continuó durante una serie de sesiones, y pasó el tiempo más largo que habíamos estado fuera de contacto. Yo estaba preocupado. En este momento, recibí el siguiente mensaje de texto. Es largo, aun cuando es una versión abreviada, de la que, por razones de confidencialidad, he suprimido la mitad.

Hola Dr. Stern, estoy a salvo en los Hamptons (donde su familia tiene una casa de veraneo). Probablemente sabrás lo mal que me siento por no haberte contestado. Para ser totalmente transparente no he escuchado tus mensajes de voz, ya que como te puedes imaginar, harían que me sintiera peor. El viernes sentía que socialmente me estaban tirando en todas las direcciones, y por tanto seguro que defraudaría a todos. Así que como que la ansiedad entró en acción y me dije, "Huye a los Hamptons". Quería hablar contigo por teléfono esta mañana durante mi hora de sesión.

Lo que viene a continuación es una explicación larga y detallada de lo que le impidió llamarme esa mañana concreta. Alan continúa:

He estado rumiando continuamente sobre nuestra conversación del miércoles pasado (ese miércoles fue la última vez que habíamos hablado realmente), y creo que por fin he conseguido entenderlo en parte, pero aún es un poco borroso. Pero no ha sido de ayuda. Simplemente no podía hacer lo que sentía que otras personas esperaban de mí... es como que me estaba diciendo a mí mismo que lo mandara a la mierda porque ya había trabajado tanto en esa sesión. (Quería decir que él se odiaba a sí mismo por trabajar tan duro para satisfacer sus propias expectativas, y las mías, en esa sesión). Puede ser que me lo esté inventando, pero quizás estoy empezando a entender lo que estabas queriendo decir cuando me preguntaste que si "quería" continuar trabajando contigo. Vacilé y resolví que sí, pero cuando lo he reflexionado realmente ahora, creo que durante esa vacilación la respuesta está probablemente más matizada. En mi self consciente, sí, quiero trabajar contigo porque quiero cambiar mi vida en mis propios términos, para ser más feliz. Pero no, no quiero trabajar contigo, porque siento que lo estoy haciendo para hacer feliz a mis padres y amigos. Y está todo oscuro, realmente, es casi como si quisiera matarme pero siento como que necesito ir a terapia porque es lo que la gente piensa que debo de hacer. Cambiando la perspectiva a algo con más horizonte, creo que finalmente me he dado cuenta de lo que estás intentando que comprenda para salir de esta trampa. Que es posible que no tenga que ser una persona vaga y egoísta por permitirme sentir que no quiero hacer algo. Realmente quiero hablar contigo sobre todo esto, pero me estoy interponiendo en mi propio camino, es como que esta neurosis está luchando por su vida.

Alan me había escrito muchos textos tan meditados como este. No puedo decir por qué este texto en particular desbloqueó mi capacidad para pensar, pero así fue. Pero no lo reconocí en ese momento. En los términos que estoy utilizando en este pequeño ensayo, el campo se desplazó; pero los desplazamientos en el campo son tan una parte de la vida que rara vez son conscientemente conocibles, hasta mucho después, si acaso. Con frecuencia, hasta ese momento posterior, los acontecimientos simplemente ocurren, sin ser sometidos al resto de la mente para una reflexión meditada.

Esto fue lo que le dije a Alan en mi texto de respuesta:

"Tengo un pensamiento sobre cómo podemos proceder que quizás pueda hacer que sea innecesario seguir tirando de un atrapados Chino⁴ – al menos entre tu y yo, y luego quizás

⁴ Alan había descrito su problemática en la vida más de una vez, refiriéndose a este juguete infantil, el cual recuerdo de mi propia infancia. El atrapa-dedos Chino, es un cilindro de mimbre tejido en el cual insertas tus dedos índices, uno en cada extremo. Si intentas sacar tus dedos, el cilindro se estrecha, atrapando los dedos. Cuanto más intentas sacar los dedos, el cilindro se aprieta más. La única forma de poder salir de la trampa es dándose

en otros lugares también. Por favor mira a ver si puedes venir a sesión mañana y lo hablaremos”.

Mi nuevo pensamiento era sencillo. (Me parece que la mayoría de los acontecimientos analíticos importantes normalmente lo son.) Vi que tenía que desistir de mi insistencia en entender el problema que Alan tenía para acudir a sus sesiones.

Alan apareció a su siguiente sesión – aparentemente había “oído” algo que le había cautivado en mi texto, así como me había pasado a mí con el suyo. Le dije que, de ahora en adelante, pensaba que teníamos que ignorar todo excepto lo que le pasaba por la mente en la sesión, tuviera o no sentido, y estuviera conectado con algo obviamente significativo o no. Necesitábamos dejar de repasar una y otra vez sus problemas con la asistencia.

Lo que fue importante, pienso, es que lo dije con convicción. Sentía que no podía soportar seguir dándole en la cabeza y sintiéndome intelectualizado. Por supuesto mi sugerencia estaba lejos de ser radical. No era más que una re-afirmación de libre asociación, aunque no lo pensaba de esta forma en ese momento. Pensaba que lo que decía venía completamente desde mí. Y pienso que estaba en lo cierto, de hecho, aunque por supuesto probablemente no hubiera podido pensar en esta particular alternativa sin ser un psicoanalista. Dí este paso con la sensación de que realmente no sabía si iba a funcionar; pero la decisión vino con cierta serenidad. Si me permiten utilizar una expresión muy grande para una ocasión pequeña, fue lo que Neville Symington (1983) llamó un “acto de libertad,” lo que Emmanuel Ghent (1990) describió como “rendirse a”, o lo que muchos de nosotros, incluyéndome a mí (Stern, 2010b, 2014), entendemos como una ruptura del *enactment* mutuo inconsciente.

Cuando un lugar congelado en el campo se descongela, el cambio que tiene lugar rara vez es tan dramático como lo fue en este caso. El mensaje de texto ocurrió hace seis meses. Alan no ha faltado a ninguna sesión desde entonces.⁵ En la semana siguiente a ese intercambio, Alan empezó a hablar de lo que él llama un “pequeño niño herido” dentro de él, una parte suya responsable tanto de su conformidad y su amabilidad, como de su resentimiento por esa conformidad. La metáfora puede ser un cliché en un sentido cultural

por vencido y dejar que la trampa vuelva a su estado original. La solución a nuestro dilema siempre había estado ahí, en la forma de este excelente metáfora. Comprendíamos la parte de estar pillados en una trampa que no soltaba, pero creo que ninguno de nosotros vimos, hasta después, la implicación ulterior de que necesitábamos dejar de intentar forzar el asunto. El campo aun no nos permitía la libertad para formular este pensamiento.

⁵ Para una transparencia total: Alan empezó a tomar antidepresivos dos semanas después del intercambio de los mensajes de texto y la sesión subsiguiente, y ha dicho algunas cosas que me hacen pensar que él atribuye su nueva capacidad para atender a las sesiones a la medicación. No he confrontado esta conclusión, y no tengo intención de hacerlo; pero Alan había vuelto a venir a sus sesiones antes de empezar a tomar los antidepresivos.

más amplio, pero no lo es cuando realmente alguien lo siente, como Alan hace. Empezó también a articular en mucho más detalle las formas en las que no quería venir a las sesiones. Cuando ahora habla de no querer venir, lo identifica como su propio deseo, no sólo como algo que le ocurre a él.

Y ¿exactamente por qué merece esta viñeta ser titulada trabajo con el proceso inconsciente? ¿Qué fue exactamente inconsciente en este caso? Creo que el hecho de que Alan haya empezado a trabajar directamente, y con agencia, sobre su reticencia a venir a las sesiones, indica el camino. Alan no podía tolerar ser alguien que se negara a hacer algo que sus seres queridos esperaban de él. No podía ser un niño malo. Si se negaba a esa expectativa, tendría que soportar el odio hacia sí mismo; y si obedecía, estaría (inconscientemente) lleno de ira. Ni qué decir deshonesto. Esto es otra historia, pero una que Alan está empezando a contar. Ha sido doloroso para Alan, el sacrificio que ha requerido de su integridad, para poder obedecer durante todos estos años.

Alan puso esto en escena conmigo al faltar a más y más sesiones, mientras sentía que no tenía otra opción. Hasta ahora, este aspecto de su identidad- el niño que quería negarse a sus padres – estaba disociado. Lo que finalmente llegó al consciente es la posibilidad de ser un niño malo sin ser monstruoso – o mejor, la posibilidad de ser un niño bueno y un niño malo a la vez, y ser capaz de negociar entre los dos.

Aunque estoy seguro de que tendremos que atravesar varias veces por todo esto, también creo que Alan ya no está limitado a alternar de forma disociativa, entre estos dos estados de ser, habitando sólo uno de ellos en cada momento. Ahora, espero y creo, que está en camino al duelo del niño bueno que nunca puede ser realmente, y de aceptar al niño malo dentro de él, sin tener que sentir que él (es decir, el Alan “entero”) no merece vivir.

Juntos navegamos la ruta hacia este resultado. Mientras Alan estaba logrando romper con su propia disociación, yo estaba haciendo lo mismo: dejé de lado lo que ahora veo como un intento de forzarle a la obediencia, tal y como habían hecho sus padres, mientras intentaba convencerme (bastante bien) de que no estaba haciendo otra cosa que intentar con todo mi ahínco ser un buen analista. Lo que ocurrió no fue un episodio de *insight*, un paquete de información que pasa de mi a él. Lo que le ofrecí (o quizás debería decir lo que él me ofreció – porque se puede argumentar que él es tan responsable del resultado como lo soy yo) fue un desplazamiento en la relacionalidad, una expansión de la “libertad relacional” (Stern, 2015); y a su vez ese desplazamiento hizo posible que cada uno de nosotros nos sintiéramos, habláramos, y pensáramos de forma diferente.

Alan me ha dado permiso para escribir sobre nuestro trabajo, y le he disfrazado lo suficiente para que no sea identificable para nadie, excepto para él mismo. La única razón

por la que no le he ofrecido la oportunidad de leer este artículo, es que él y yo aún no hemos hablado sobre lo que yo les he contado – sobre lo que nos ocurrió para volver a enderezar el camino; y no sé si lo haremos. En este momento, me ha parecido mal hacerlo, como si me arriesgara a volverme intelectualizado e inadecuado de nuevo – como si al hablar sobre ello me arriesgara a romperlo todo. Sin embargo, quizás, como resultado de escribir esta comunicación, y contarle a usted, el lector, sobre todo esto en mi imaginación, empiece a sentirme diferente. Puedo sentir esa posibilidad según escribo. Si llego a sentir que estaría bien hablar sobre todo esto con Alan, será porque he podido encontrar mi forma de hablar sobre ello, de una forma diferente de cómo lo he hecho antes, una forma que me imagino sería bueno para él. Quizás esa forma sea incluso la forma en que lo he escrito aquí. Ya veremos.

REFERENCIA

Stern, D.B. (2015). *Relational Freedom: Emergent Properties of the Interpersonal Field*. New York: Routledge.

Original recibido con fecha: 15/01/2020

Revisado: 7/3/2020

Aceptado: 30/09/2020