

Si somos significativos para alguien cercano, no hace falta serlo para la humanidad entera

Paulina Román Mendoza^{1, 2}

Winnicott siempre me ha parecido un autor interesante, podría considerarlo como aquel que abrió la puerta de lleno al psicoanálisis relacional. Acompañada de las grandes letras de Francez-Sainz quien me llevó de la mano a entender a Winnicott y a tomarle cierto cariño, pues al inicio entendía su teoría, pero me era difícil aterrizar tantos aportes que hizo. Con el paso del tiempo y análisis entendí que me llegaba este extrañamiento habitual sobre los impulsos y de cómo se nos explicaba que éramos solo eso, pero para mí siempre quedaba la duda de que tenía que depender del entorno y Winnicott ofrecía esa respuesta que explica de una manera sencilla, clara y meticulosa, que cuando la leo nuevamente, sigo acomodando conceptos, dándoles una nueva perspectiva y aterrizando un poco más los aportes.

En esta revisión de conceptos, considero clave de inicio entender justo que Winnicott parte de que la diada madre-infante es fundamental para el desarrollo del ser humano, siendo este su primer entorno, por lo que ya sea el exceso o el déficit de su atención y traducción del mundo nos traerá consecuencias, de ahí se derivan varios conceptos y se me saturan las ideas, pero vamos por partes. Empieza a describir que, en esta diada, hay una preocupación por parte de la madre de hacerlo "bien", lo que en realidad importaría dice Winnicott es que la madre tenga un equilibrio entre una madre *suficientemente* buena y una "madre poco atenta" al niño. Describe que una madre *suficientemente* buena es aquella que es capaz de dar cabida al desarrollo del verdadero yo del niño, acoger su gesto espontáneo, en el sentido de lo que el niño quiere expresar, e interpretar su necesidad y devolvérsela como gratificación. Winnicott menciona que no hay madres perfectas, pero el ideal sería que ellas se adapten mejor a las necesidades de su bebé y que muy probablemente en algún momento fallarán, pero como menciona Sainz Bermejo (2012) Si la madre se permite ser

¹ Román Mendoza, P. (2022). Si somos significativos para alguien cercano, no hace falta serlo para la humanidad entera. *Clínica e Investigación Relacional*, 16 (1): 282-285. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2022.160114

² Psicóloga. Estudios de Máster en Psicoterapia Psicoanalítica Relacional (Ágora Relacional, Madrid, España). Contacto: paulinaromanm@gmail.com

suficientemente buena no le haría falta ser perfecta y eso la colocaría en un estado de humildad necesaria para aceptar los errores y sostener al bebé.

Existirán vacíos por cubrir o excesos innecesarios. Winnicott llamará a todo ello "las fallas ambientales", inevitables.

Que nos llevan al segundo concepto a abordar qué es el Falso Self, el cual tiene una función adaptativa: es la forma en la que nos cuidamos ante estas fallas para poder seguir relacionándonos con nuestro entorno. El propio entorno presta al niño algo de su falso self para que éste lo utilice en su favor. Si todo va por buen camino, el falso self estará en conexión con el self verdadero y no habrá una excesiva escisión. Poniendo en palabras este fenómeno tan complejo sería algo así: "Te proporciono las herramientas necesarias para que puedas defenderte de las fallas que cometemos en la tarea de cuidarte". (Sainz Bermejo Cabré Segarra, 2012). Esto último ha sido para mí un descubrimiento en esta revisión pues no tenía tan claro qué era ese falso self. Uniéndolo con otro concepto de Winnicott del miedo al derrumbe, me hace todo el sentido, pues es mejor tener esto de lo que echo mano para estar en este mundo, que volver a sentir lo vivido ante la falla de mis cuidadores, sentir esa angustia de encontrarse en un estado de no-integración sin nadie capaz de sostenerme. Una vivencia ya vivida pero no reconocida conscientemente, "porque el sujeto no estaba allí" (Winnicott, 1960). La terrible sensación de caer en el vacío sin nadie que sostenga lleva al sujeto a un estado de desintegración, que, paradójicamente, actúa como una defensa. Hay desintegración para no revivir un estado más doloroso.

Estas ideas de Winnicott pensadas en la clínica, nos colocan a los terapeutas como esa zona para repensar las fallas, darle sentido a donde ya se estuvo y, como menciona Sainz Bermejo (2012) lo más relacional, reconocer esas fallas para que no se conviertan en fallas del propio self. Mientras sigo escribiendo de Winnicott me siento atrapada en un juego de ideas, una me lleva a otra, donde no puede separarse y para pasar de nivel, tienes que entender un concepto y pasar a otro, como un juego de palabras que parece confuso, pero que encamina esas ideas no pensadas y lo asocio con mis primeros acercamientos con su teoría, si quieres ponerlo en algo totalmente estructurado, no podrás, pues es parte del juego, involucrarte, verlo de muchas formas, entrar, salir y repensar. Esto es lo que me ha cautivado ahora, pues me pienso como terapeuta y es lo que hago, sin tener la teoría específica a un lado, con el libro abierto en la página guía, relacionarnos es como diríamos en México "entrarle al juego" del cual podemos salir no tan bien parados, pero es parte de, involucrarnos y encontrar nuestra forma de estar con el paciente y de ser analista.

Algo que experimenté con una paciente con la cual ya llevaba un tiempo trabajando, el día que me informó sobre el abuso que había sufrido por parte de uno de sus tíos, hubo una revolución en el espacio terapéutico. Ella se vivía como un monstruo, por eso no quería contárselo a nadie, es importante mencionar que K. tiene una relación bastante compleja con su madre, ambivalente, se vive juzgada, no vista, presionada por ser el ejemplo para sus hermanos. K. refiere que de pequeña si no hacía bien las tareas o había algún problema, su madre la jaloneaba, o la metía a bañar con agua fría, no había espacio para el error, recuerda a una madre triste, agresiva cuando estaba bajo la influencia del alcohol, por lo que ella constantemente tenía que estar alerta y haciendo todo de manera correcta a través de un falso self que le ayudara a estar en ese medio, caótico y poco sostenedor, orillando a K. a desarrollar un actividad intelectual intensa, con toques psicósomáticos como lo menciona Winnicott(1960) siendo una niña enfermiza, pero con muy buenas notas en el colegio. Situación que en la actualidad afecta en el trabajo, teme hacer un cambio, o solicitar un aumento pues no se considera capaz, no sabe cómo ha logrado estar tanto tiempo en la empresa, y esta duda se extiende a su relación de pareja. K. ha estado muy acostumbrada a actuar el rol de la hija perfecta, sin embargo, se observa cómo tiene intentos por ser ella, por tomar decisiones, por romper con ciertos paradigmas familiares, por no repetir la historia de sus padres, sin embargo, el abuso fue un motivo que al vivirlo en el espacio terapéutico ayudó a que saliera un poco más su verdadero self. Ya que, si bien no tenía necesidades agudas por satisfacer, para ella fue muy importante que yo le diera espacio para hablarme de este abuso y recoger su emoción, lo cual su madre no había podido hacer, reflejando lo doloroso que fue no contarle o tener a quién decírselo, cómo hasta ahora pudo liberar ese monstruo y hablar de qué tanto habita en ella. Como diría Winnicott, se ofreció una experiencia nueva, donde K. fue señalando las fallas de su entorno, y también reconocer que algo hubo en mí que no generaba la confianza para contármelo desde el inicio. No recuerdo cognitivamente qué sucedió para que pudiera contarme del abuso, pero sensorialmente recuerdo que yo estaba más disponible, había retomado sesiones con ella después de que había regresado con el exnovio, y nunca hubo una presión de dejarlo, como lo hacía su entorno, sino más bien entender porque estaba en esa relación.

¿Madre suficientemente buena? No lo sé, pero creo que algo necesitaba de mí que pude dárselo y marcó un cambio en cómo K. comenzó a posicionarse desde un self más auténtico.

Winnicott decía que las fallas del entorno deben ser reconocidas si no queremos que se conviertan en fallas del propio self. K. pudo reconocer que "algo" falló, pero no ella, como

lo pensaba, y a su vez, de algún modo le fallé al no recoger de inicio este abuso, por no preguntar, o no sé cuál sea la razón, sin embargo, en ese momento se pudo reconocer (Winnicott, 1960) y se facilitó el espacio para una nueva experiencia relacional, donde pudo derrumbarse, llamarse monstruo, no hubo interpretación alguna, sino que se dio un mundo experiencial nuevo.

El poder ofrecer a los pacientes un espacio para ser ellos, me parece lo más gratificante que podemos hacer como terapeutas, me ha tomado tiempo entenderlo, pues de costumbres nos hacemos, queremos brillar con interpretaciones y grandes análisis, sin embargo, al tener al paciente enfrente, siempre me he sentido con la necesidad de conectar, de comprender, de si bien aliviar el dolor, encontrando mi narcisismo, creo que he podido entender, con Winnicott, un poco más sobre que ese espacio no va a ser perfecto, que a veces por más que tenga las mejores intenciones puedo fallarle a mis pacientes, no de manera premeditada, pero el encuentro entre dos subjetividades nos expone a ello, y como analistas nos toca también experimentar y tolerar.

REFERENCIAS

- Winnicott, D. (1945) Desarrollo emocional primitivo. Leído ante la Sociedad Psicoanalítica Británica.
- Winnicott, D. (1960) Deformación del Yo en términos de Self Verdadero y Self Falso.
- Sáinz Bermejo, F. y Cabré Segarra, V. (2012). La experiencia terapéutica con un analista suficiente e insuficientemente bueno. Una contribución de Winnicott al Psicoanálisis Relacional. *Clínica e Investigación Relacional*, 6 (3). pp. 570-586. [ISSN 1988-2939]