



## Rompiendo el Sistema de Acomodación Patològica (II): El largo camino hacia la Libertad<sup>1</sup>

Laura Molet<sup>2</sup>

*IARPP España, Barcelona*

Este artículo trata de la evolución, los cambios y el trabajo de seguir liberando a un paciente de su trauma relacional, su atrapamiento al sistema de acomodación patológica, sobre el que ya escribí en las jornadas nacionales del año pasado de IARPP, celebradas en Barcelona.

Si los terapeutas conseguimos ofrecer un hogar relacional comprensivo, podemos testimoniar el dolor, el sufrimiento y, en este caso, el anhelo de libertad tanto del paciente como de Nelson Mandela. La ética de Camus, la ética de la lucha y del esfuerzo encarnada en el mito de Sísifo, nos sirve de guía hacia el largo camino hacia la libertad.

**Palabras clave:** Trauma relacional, sistema de acomodación patológica, hogar relacional, libertad, mito de Sísifo.

This paper tries to show the evolution, changes and the work of continuing release the patient from his relational trauma, his grasp to his pathological accommodation system, to whom I wrote in our last national conference celebrated last year in Barcelona.

If the therapist can offer an comprehensive relational home, we can testify the pain, the suffer and, in this case, the desire of freedom from the patient and also if we talk about Nelson Mandela. The Camus ethic, the fight and the effort ethic from Sísifo's myth guide us towards to the long way to freedom.

**Key Words:** Relational trauma, breaking the system of pathological accomodation, relational home, freedom, Sísifo mithe.

**English Title:** Breaking the Accommodation Pathology's System 2: The Long Road to Freedom.

### **Cita bibliográfica / Reference citation:**

Molet, L. (2014). Rompiendo el Sistema de Acomodación Patològica 2: El largo camino hacia la Libertad. *Clínica e Investigación Relacional*, 8 (2): 397-403. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de [www.ceir.org.es](http://www.ceir.org.es) ]



*La promesse, René Magritte*

Me gustaría seguir compartiendo con vosotras/os la experiencia terapéutica con mi paciente Alejandro, que ya os presenté en las jornadas anteriores; experiencia continua y mutuamente compartida, la evolución, los cambios y el trabajo de seguir liberándolo de su trauma relacional, su atrapamiento al sistema de acomodación patológica. La dinámica de adaptación patológica es aquella según la cual los mandatos que el niño percibe de sus cuidadores los internaliza y cuando hay desajustes emocionales que amenazan el

vínculo de apego con éstos, mantienen el vínculo sacrificando inconscientemente su propia realidad perceptiva y emocional y adoptan la de su figura de apego, despojándose de su autenticidad: sin poder ver el mundo a través de sus propios ojos, ni hablar a través de su propia voz, ni poder pensar y sentir sus propios sentimientos.

Los impactos del trauma agudo, así como del apego desorganizado, suelen ser somáticos. Se trata de un caso clínico que ejemplifica cómo el cuerpo puede entrar en juego para expresar la experiencia dolorosa, emocional y conflictiva; Doctors lo calificaría de “concretizaciones somáticas de experiencias afectivas no integrables, abrumadoras y amenazadoras”, (Doctors, 2013). La experiencia pre-verbal es, en gran medida, una experiencia corporal: el cuerpo puede transmitir aquello que no se puede expresar en palabras. Son pacientes con grandes dificultades para regular el afecto. Les cuesta traducir las sensaciones somáticas en sentimientos susceptibles de ser expresados y utilizados para gestionarse y auto-regularse. “La facilidad con la que se disparan de forma autónoma, les dificulta pensar y sentir, de modo que optan por negar y disociar”. (Wallin, 2012). La regulación del afecto y la integración de la experiencia disociada suele empezar por el propio cuerpo.

La muerte de un icono mundial, como Nelson Mandela, ha tenido un gran impacto socio-cultural, mediático y personal. Tal y como creía el icono pop Andy Warhol: el contexto social en el que se revela una obra de arte es tan significativo como el objeto en sí, y también el objeto refleja un trasfondo social, se refiere a la influencia mutua y recíproca. Para nosotros, los psicoanalistas, es fundamental identificar los contextos relacionales que han llevado a una organización mental determinada, para así poderlos analizar y cuestionar. Cuando una noticia se filtra en el espacio analítico, es un material útil para rastrear, indagar, investigar y podemos usarla para ayudar al paciente a transformar su malestar y sufrimiento psíquico.

Sentirse reconocido y re-significado en aspectos esenciales de sus respectivas experiencias, tales como estar privados de libertad, la prisión o la “puta cárcel del dolor”, la injusticia, la resistencia, la lucha incansable, la bondad, la humildad, la generosidad y el largo camino para despojarse del traje de presos, es decir, para poder “sentir la libertad”, han sido momentos terapéuticos únicos de reconocer y ser reconocido por el otro, atendiendo las necesidades actuales del paciente, que favorecen la emergencia de fenómenos psicológicos y afectos generados en un entorno sustentador, permitiendo al paciente sentir aquellos sentimientos a los cuales no ha podido acceder anteriormente porque dichos afectos han sido disociados y silenciados.

Para todos aquellos que no estuvieron presentes en el anterior congreso de IARPP-E, celebrado en Barcelona, comentar brevemente 2 de las gráficas sensaciones del paciente con las que hemos trabajado terapéuticamente: al inicio de las sesiones decía sentirse “tirado en medio del océano”; hace 1 año, cuando presenté el trabajo, su sensación era menos angustiante, y la explicaba así: “Me siento encerrado en la puta cárcel del dolor”.

Guiada por las palabras de Ian Suttie : “Nos tiene que gustar lo que vemos, no ver lo que nos gusta” , y guiada por mi curiosidad por saber y ver, aunque no me guste, busqué cómo define la palabra “Libertad” el diccionario de la lengua española , que destaca, entre otros aspectos: “LIBERTAD: Facultad natural que tiene el hombre de obrar de una manera o de otra, y de no obrar, por lo que es responsable de sus actos. Estado del que no es esclavo y del que no está preso. Falta de sujeción y de subordinación. Privilegio. Derecho de manifestar, defender y propagar las opiniones propias. Facilidad soltura y disposición natural para hacer una cosa con destreza. Capacidad de actuar por decisión propia, ser independiente y autónomo. A veces no sabemos el valor que tiene la libertad hasta que la pierdes, como la salud; hay un refrán catalán que dice: “Qui té salut i llibertat, és ric i no ho sap”, (Quien tiene salud y libertad, es rico y no lo sabe).

Una de la últimas sesiones con Alejandro, en las que se quejó molesto y ofendido, de que un médico lo comparara con el doctor House, un enfermo crónico, que no se sabe si es un adicto a los fármacos o un amargado, y coincidiendo con la noticia de la muerte de Mandela, empezó a establecer unos paralelismos, salvando las distancias, entre su propia vida y la de Mandela, que nos sirvieron, entre otras cosas, para legitimar y testimoniar su dolor, su sufrimiento, su anhelo de libertad- siempre presente en las sesiones-, y su lucha por ser alguien de valía. Pensé, en el mismo momento, que esta comparación le iba a ayudar, y que era más adecuada y útil que la del House, en su esfuerzo titánico, cual Sísifo, en poder volver a ser libre, sin sentir que su esfuerzo fuese vano, inútil y desesperanzador, como otras veces había sentido.

Anthony Sampson, el biógrafo de Mandela, lo definió así: “El prisionero liberado de la mazmorra oscura, el pobre que se convierte en príncipe, el hombre del saco que se revela

como un mago”. Nelson Mandela es una autoridad moral sin precedentes. Un hombre que después de 27 años en prisión, perdona a sus carceleros, apaga los deseos de venganza de su colectivo, y emplea su astucia, su encanto y su seducción personal para lograr la reconciliación de su país; Alejandro, en otro ámbito, también está usando su astucia y su ingenio para conseguir salir de la “puta cárcel del dolor”, y poder romper su sistema de acomodación patológica. Si Mandela hubiese odiado a sus enemigos, no sería un hombre libre, ya que como él mismo decía, ser libre no es sólo deshacerse de las cadenas, sino vivir de manera que respete y promueva la libertad de los demás. Mi paciente tampoco se siente odiando al médico que erró el diagnóstico, ni prisionero del rencor, ni del desespero, por la vida que le ha tocado vivir, desde los 22 años, con tantas limitaciones y con tan poca libertad para hacer lo que hubiese deseado hacer como cualquier joven de su edad.

Nelson Mandela explicó en una entrevista que había estado aislado durante más de 2 años, y que estuvo más de 10 picando piedra en condiciones muy duras. Mandela picaba piedras, Sísifo la empujaba hasta la cima, y mi paciente, las saltaba, tanto en un sentido literal, como figurado cuando se refería a la relación con su madre.

Alejandro, Mandela, Sísifo y Solomon Northup, el protagonista de “12 años de esclavitud”, película basada en hechos reales, han conocido de primera mano lo que significaba ser hombres libres y ser víctimas de la esclavitud. Y los 4 han luchado incansablemente para volver a ser y sentirse libres, dueños de sus actos, de sus deseos, de sus iniciativas y de sus propios sentimientos. Sabiendo que implícitamente existían las invisibles cadenas de la vergüenza, y que en ella, como nos señala Stolorow,(2013)” estamos tiranizados y secuestrados por los ojos de los otros. En alguna forma de desesperación uno experimenta que la defectuosidad inherente le condena a uno a una vida de vergüenza incesante y a un sentimiento de no tener valor, que aísla. En algunos patrones de acomodación, servir o actuar llega a ser una manera de substituir un sentido de falta de valor inherente para así mantener una conexión con el otro que ve”.

La toma de conciencia de la situación de estar privado de libertad, y el no optar por el camino fácil de la sumisión, es lo que puede llenar el corazón de un ser humano, o dicho de otro modo, es el motor de transformación. La ética de Camus es la ética de la lucha, el esfuerzo y la revuelta; en el mito de Sísifo, condenado por los dioses a realizar una actividad absurda, empujar sin cesar, una roca hasta la cima de una montaña, desde donde la piedra vuelve a caer por su propio peso, es un castigo terrible, un trabajo inútil y sin esperanza; es un proceso frustrante. Dicen que Sísifo tuvo fama de ser el más astuto y sabio de los hombres, Nelson Mandela, Solomon N, y Alejandro, comparten con él la lucha, la astucia y el esfuerzo.

Bromberg utiliza el término “tsunami” para representar la esencia del trauma; término que ya me pareció muy gráfico para usar como metáfora, que nos permite visualizar el concepto en sí mismo. (“Rompiendo el sistema de acomodación patológica” Chile-2013, L. Molet).

La disociación es una forma de escape cuando no hay escapatoria, es la solución ante el terror por la disolución de la propia identidad, (él ha estado a punto de romperse, literalmente, Molet 2013).

La falta de confirmación del self no puede ser evitada o no hay vía de escape, ni esperanza de protección o alivio mediante la comunicación con otro ser humano, hasta que no nos instalamos en la comunicación y conexión emocional del intercambio analítico. Integramos mutualidad y reconocimiento para alcanzar la terceridad, que es una dimensión relacional, una cualidad de la relación intersubjetiva que permite el reconocimiento mutuo, y que tiene como correlato la construcción y uso de un espacio mental interno; se trata, en esencia, de reconocer y de ser reconocido por el otro. A. Ávila plantea el término de la “capacidad de cesión”, o sea, de dejar de resistir al otro, permitiéndole que nos lleve a su espacio mental sin dejar por ello de ser conscientes de nuestra subjetividad.

Si vamos a ser un “hogar relacional”, (Stolorow, 2013) comprensivo para una persona traumatizada, debemos tolerar nuestras propias vulnerabilidades para que podamos habitar resueltamente con el dolor emocional insoportable y recurrente del paciente; ayudándolo a transformar poco a poco su sufrimiento para que sea más soportable. Registramos aquellas experiencias de su pasado traumático con el objetivo de poder acceder a la nueva experiencia de testimoniar el daño sufrido en el presente de la sesión analítica. Se aumenta así, el sentimiento de integración de la persona que sufre. Se resuelven así las secuelas emocionales del trauma evolutivo o de desarrollo. (R. Velasco, 2014, Bromberg citado por R. Sutil 2013 y Stolorow, 2013).

La psicoterapia psicoanalítica propicia la revitalización del paciente ayudándolo a liberarse en el presente de iniciativas autor-reguladoras de emociones que estaban relacionadas con su pasado traumático. Esto se consigue transformando los afectos de humillación en consideración y el sentimiento de vergüenza y desconfianza en actitud de poder confiar. (Velasco, 2014). La escucha empática, la curiosidad, la entrega del terapeuta, la conexión emocional paciente-terapeuta son herramientas esenciales para ayudar al paciente que sufre secuelas de un pasado traumático y de *role reversal*, a que puede confiar en el terapeuta, ya que la desconfianza ha sido un rasgo característico de Alejandro durante mucho tiempo de nuestro largo e intenso recorrido terapéutico desde que lo iniciamos hace 4 años. Hemos transformado su antigua convicción de que no se puede confiar en nadie, fruto de sus experiencias en el seno de una familia cuyo patrón relacional se basaba en dinámicas complejas, ambiguas, contradictorias y con un tipo de vinculación evitativo-desorganizado. Recuerdo cuando decía frases tales como: “No esperes nada de nadie. Espera sólo cosas de ti mismo”, fantasías de omnipotencia y de ser autosuficiente que están en la base de las experiencias deficitarias y del afecto de vergüenza. O como, cuando ya llevábamos un tiempo de trabajo analítico, de repente en una sesión me dijo: “Sabes Laura, te estoy empezando a

odiar...me siento muy a gusto contigo”. (L. Molet, 2013).

Alejandro puede ahora asumir su fragilidad, y está en disposición de tramitar su discapacidad, gestionándolo sin sentirse un discapacitado, sino que, al igual que Mandela, el prisionero liberado de la mazmorra oscura, está picando piedra en condiciones muy duras para romper su sistema de acomodación patológica, y así liberarse de la “puta cárcel del dolor”.

Me gustaría acabar añadiendo a la definición académica de “Libertad” que os he mencionado anteriormente, otra más relacional y que invita a la lucha por la autenticidad y genuinidad de uno mismo, que es de René Magritte, el autor del cuadro que ha guiado esta ponencia, dice así: “La libertad es la posibilidad de ser y no la obligación de ser”.

## REFERENCIAS

- Avila, A. (2013). La tradición interpersonal. Perspectiva social y cultural en psicoanálisis. *Colección pensamiento relacional* nº8. Agora relacional.
- Camus, A. (1942). *El mito de Sísifo*. Alianza editorial.
- Diccionario de la lengua española, real academia española (1992), vigésima 1ª edición. Tomo II. Madrid.
- Doctors, S. (2013). Perspectivas de apego en el trabajo clínico con adolescentes y sus figuras parentales: el uso del cuerpo para regular la emoción. IV Jornadas IARPP en Bcn mayo-2013
- El periódico de Catalunya. Edición del 7 de diciembre, 2013.
- Molet, L. (2013). Rompiendo el sistema de acomodación patológica. IV congreso IARPP-E. 25 de mayo, Barcelona. Publicado en CeIR: [www.ceir.org.es](http://www.ceir.org.es) Vol 7(3) , octubre 2013. Pp 594-601.
- Molet, L. (2013). Trauma relacional: Rompiendo el sistema de acomodación patológica. Congreso de Chile, nov. 2013.
- Northup, S. (2013). *12 años de esclavitud*. Barcelona: Ed. De Bolsillo.
- Riera, R. (2010). *La conexión emocional*. Barcelona: Ed. Octaedro
- Rodriguez Sutil, C. (2013). Philip Bromberg: Trauma y disociación. En A. Avila (Ed.) *La tradición interpersonal*. Capítulo 8
- Stolorow, R. (2013). Teoría de los sistemas intersubjetivos. Una perspectiva psicoanalítica fenomenológica contextualista. *Psychoanalytic Dialogues*. Vol 23 n. 4
- Stolorow, R. (2013). The shame family. Feeling, relating, existing.
- Sutie, Ian D. (2007). *Los orígenes del amor y del odio*. Ed. Obelisco.
- Velasco, R. (2014). Los abusos sexuales a menores: abordaje desde el psicoanálisis relacional. Cap. 15 (367-378). En *Delitos sexuales contra menores*. Lameiras, M. , E. Orts. Ed. Tirant

Lo Blanch. Valencia.

Velasco, R. (2014) Prólogo del libro de J. Coderch *Avances en psicoanálisis relacional*. Colección pensamiento relacional.

Wallin, D (2012). *El apego en psicoterapia*. Desclée de Brower, 2012.

Original recibido con fecha: 10-5-2014 Revisado: 30-5-2014 Aceptado para publicación: 28-6-2014

## NOTAS

---

<sup>1</sup> Rompiendo el sistema de acomodación patológica 2: el largo camino hacia la libertad es la segunda parte del trabajo presentado en la 4ª reunión anual de IARPP España, Barcelona 24-25 de mayo 2013, convocadas bajo el lema “cuerpo y adolescencia”. Publicado en la revista CEIR ([www.ceir.org.es](http://www.ceir.org.es)).

<sup>2</sup> Laura Molet: Psicóloga especialista en psicología clínica. Miembro de IARPP y de IARPP-E. Especialista en niños, adolescentes y adultos que sufren relaciones abusivas, en las que el efecto central es la vergüenza. Ha dado conferencias en congresos nacionales e internacionales de IARPP. Es autora de diversos trabajos psicoanalíticos publicados en revistas especializadas, en Aperturas y en CEIR.

Contacto: [laura-molet@hotmail.com](mailto:laura-molet@hotmail.com)