

# ALGUNOS PROBLEMAS PARA DISTINGUIR PSICOANÁLISIS Y PSICOTERAPIA PSICOANALÍTICA

## SOME PROBLEMS TO DISTINGUISH BETWEEN PYCHOANALYSIS AND PSYCHOANALITIC THERAPY

Eduardo Issaharoff\*

### RESUMEN

El autor examina algunos conceptos del campo clínico tales como abordaje, interpretación (tipos de interpretación, finalidad de la interpretación, setting, etc.) para arribar a la conclusión de que éstos no permiten diferenciar psicoanálisis y psicoterapia, rescatando, sin embargo, la distinción de Bleger de finalidad clínica y finalidad mayeútica de la interpretación.

Sitúa la diferencia en el tipo de proceso que se establece debido a que en la psicoterapia, el analista asume algún tipo de restricción, a diferencia del proceso abierto del psicoanálisis. Concluye que la diferencia, entonces, podría encontrarse en el “rango afectivo” del analista y del paciente, posible de desplegar en cada una de ellas. A partir de allí, y basándose en investigaciones, sostiene que la diferencia no estaría en los resultados clínicos, pero sí, desde esta perspectiva en los resultados mayeúuticos.

---

\* Psicoanalista miembro de SAP

ABSTRACT

The author examines some concepts of the clinical field, for example those of the approach and the interpretation (kinds of interpretation, purpose of the interpretation, setting, etc.) to then conclude that these concepts do not let us differentiate psychoanalysis from psychotherapy. However, he accepts the distinction made by Bleger between the clinical and the mayeutic purpose of the interpretation. The difference lies in the kind of process that is created, since in the psychotherapy the analyst takes some kind of restrictions, while the psychoanalysis creates an open process. Therefore, the difference may be found in the “affective bond” created between the analyst and the patient in each case. Based on this idea and supported by some researches he states that the difference would not be in the clinical but in the mayeutic results.

► Mi objetivo es realizar algunas reflexiones acerca de la temática psicoanálisis y psicoterapia a partir de los conceptos de abordaje e interpretación. Para ello tomé como referencia un material clínico que tiene la ventaja de haber sido publicado ya en esta revista<sup>1</sup>, y, a partir de ahí voy a ir pensando distintos enfoques sobre el problema.

“Hace unos meses me vino a ver un hombre de 70 años, estaba muy angustiado por los problemas que había en su empresa y su mujer lo estimuló para que me llamara. No tuvo ninguna experiencia previa de psicoterapia y tiene un abierto rechazo y desconfianza hacia los analistas, aunque está dispuesto a probar y ver en qué lo puedo ayudar. Tiene muchos amigos para los que el análisis es un tema siempre presente, dice que hablan

---

<sup>1</sup> Revista de la SAP, “Comunicándonos en sesión”, N° 6, Buenos Aires, 2003.

como analistas. Mirándome fijamente me pide que le explique en qué consiste lo que vamos a hacer. Quedaba entendido que si yo le explicaba él podía entender y aceptar pero que no aceptaría la situación, de hecho, sin saber de qué se trataba. Yo contesto con algunas generalidades como un modo de seguir el diálogo y ver si percibo algo de lo que lo angustia. Simultáneamente pienso que es una persona inteligente, habituado a analizar las situaciones y a buscar entenderlas. Me cuenta de los problemas y las circunstancias que lo rodean, su pensamiento es claro y completo en el sentido de que no queda casi nada para agregar, esos son los hechos y él consideró todas las perspectivas desde donde se puede examinar y que justifican su estado de preocupación y angustia. En ese momento mi impresión es que, efectivamente, no podía agregar nada respecto de lo que él piensa. Los temas están ponderados, discriminados los diferentes estados en los que se encuentra, cuáles son los puntos solucionables y los pasos a seguir para solucionarlos, aquellos aspectos que no dependen de él y los tiempos de los procesos involucrados. Todo esto transcurre y se despliega en el lapso de dos sesiones en las que habla mucho y en dos o tres ocasiones se calla y me mira fijamente esperando que yo diga lo que me corresponde. Cuando llegamos a ese momento no es fácil para mí sostener una frase, le digo que lo que me cuenta está, efectivamente, bien analizado a mi parecer. Hago un reconocimiento explícito de su capacidad y buen juicio, quedando de esta manera en una posición en que se entiende que no voy a opinar sobre cosas que él analizó y que tampoco pretendo saber más que él de esos asuntos. Siento que haber logrado esta posición de reconocimiento y no competencia me da la sensación de libertad que me faltaba mientras él me mantenía bajo observación y sospecha. Esa sospecha, creo, estaba basada en que él pensaba que yo iba a opinar sobre los asuntos concretos y que, por otra parte, no podía imaginar algo distinto de los datos concretos que fuera pertinente a su situación. Creo que, a partir de mi sensación de libertad percibí algo del

conjunto de su relato y le dije que tenía la impresión de que el trabajo y la preocupación no dejaban lugar a otras dimensiones de la vida. Él contesta que, en efecto, no tiene otros problemas, su matrimonio es satisfactorio, aclarándome que ‘en el transcurso del tiempo naturalmente’, hubo momentos de crisis y conflictos pero que se fueron superando. Tampoco con los hijos existen problemas insolubles o angustiantes. Mi impresión es que su relato es verídico. No niega los conflictos y tuvo la capacidad de ir superándolos. Queda flotando inconcluso lo que yo dije acerca de otras dimensiones de la vida e intento explicarle a qué me refería. Recuerdo que en una de las entrevistas anteriores él me dijo que jugaba al golf y decido tomar sus experiencias en este juego para mostrarle las otras dimensiones a las que me refería. Describo las sensaciones que ocurren cuando se pega un golpe preciso, el sentimiento de armonía y perfección en el continuo del movimiento y el vuelo de la pelota. Me detengo en la descripción para entrar en el detalle de las sensaciones corporales del movimiento y finalmente le digo que me llama la atención el hecho de que este tipo de experiencias —y pienso que es muy posible que le ocurran otras de diferente tipo y en diferentes circunstancias, por ejemplo, aquí me refiero a algo que él me había contado, con un amigo con el que se da un entendimiento singular en un determinado momento, que también produce un sentimiento de armonía— que no parecen formar parte de su vida cotidiana. Sólo el trabajo, las responsabilidades y la lucha parecieran ocupar todo el espacio. Sin embargo, seguramente hay experiencias que producen sentimientos distintos que aparecen en la vida de todos los días. Él se queda un momento pensativo y me dice que es cierto, que él ni siquiera podría hablar de esas experiencias, no sabría qué palabras usar. Con sus amigos del golf no recuerda que alguna vez se haya hecho mención a esas sensaciones, sólo se habla de puntaje y de quién va adelante, lo que interesa es la competencia, eso es lo que se festeja. Mi señalamiento sobre la ausencia de otras dimensiones en su vida resultó útil y condujo

al reconocimiento de un problema, tanto por él como por mí, en el momento en que él dice que no sabe qué palabras usar. El problema en esa situación era que no tenía las herramientas del lenguaje para pensar, transmitir a otro y compartir vivencias, sensaciones corporales y experiencias emocionales. Tomó conciencia de que el poder poner en palabras estas experiencias es la manera de acceder a zonas de sí mismo que quedan fuera de su atención y de la posibilidad de profundizar en ellas. En tanto yo hice el trabajo de describir lo que él sentía y que él no podía describir, mi rol en la relación cobraba sentido y dejaba de ser un misterio. El descubrimiento es un hecho importante porque ni él ni yo sabíamos que tenía ese problema, fue descubierto en ese momento. Yo sentí que habíamos cruzado una barrera y que a partir de allí podíamos trabajar con su aprobación. Esto ocurrió en la tercera sesión. En las siguientes fueron apareciendo miedos y episodios de su vida en un clima de reflexión y *tranquilidad*.”

## El abordaje como un problema del analista

*Definimos como abordaje a la intervención del analista que tiene como objetivo ponerse en contacto con el analizado. Elegir el modo y establecer el contacto constituye un problema no sencillo.*

En el ejemplo al que me estoy refiriendo, observamos que, en el relato, no podía encontrar el punto donde establecer ese contacto. Para lograrlo elegí como vía algo muy diferente de lo que aparecía central en su relato —el tema del golf— mencionado muy superficialmente.

Pero para que algo pueda ser considerado como *el punto de contacto* debe tener ciertas cualidades. Primero, debe tener cualidad emocional tanto para la persona como para mí. Segundo, debe tener algún contenido, algún conocimiento acerca de algo que le pasa y que él lo sienta como verdadero. Deseo señalar, además, que con ese *con-*

*tacto en el abordaje* estamos definiendo, de alguna manera, un aspecto de la *modalidad de la relación terapéutica*.

Es cierto que hay reglas generales para el abordaje y podríamos decir que una de las reglas es, por ejemplo, la idea de la intervención complementaria, en términos de estilos, siguiendo a Liberman, pero, en cada caso —y en cada sesión— se nos presenta el problema del abordaje y de cómo lograr ese contacto.

### En cuanto a *la interpretación*

Quisiera hacer un poco de teoría como introducción, porque en la interpretación queda poco claro si hay diferencias cuando estamos en un *setting* analítico o cuando hacemos una interpretación en un *setting* no analítico. Y adelanto que, tanto sobre la interpretación como sobre el abordaje, no logré llegar a pensar diferencias entre lo que sería un *setting* psicoanalítico y un *setting* de psicoterapia basada en el psicoanálisis.

Acerca de la interpretación, en su artículo “La lógica de la interpretación psicoanalítica”, Louis Paul describe dos tipos de interpretación. El Tipo I es no causal o descriptivo, mientras que el Tipo II es causal o explicativo. Señala que

*interpretar es un verbo transitivo, es interpretar algo a alguien y que puede tomar la forma de nombrar, identificar, categorizar, denotar, describir, designar, especificar, rotular, construir o traducir algo a alguien.*

Es decir, y esto es lo que quiero subrayar, las interpretaciones tienen diferentes funciones. Por su parte, Deveraux sostiene que

la interpretación debe satisfacer dos condiciones: la primera es la condición de *funcionalidad*, que se refiere a la *inteligibilidad* de la interpretación para el paciente, es decir, la funcionalidad

consiste en que la interpretación esté enunciada de un modo que sea *comprensible* para el paciente; la segunda condición es el *timing*, que establece que sólo son interpretaciones aquellos comentarios del analista que el paciente está en condiciones de utilizar inmediatamente.

En nuestro país, Racker sostuvo algo muy similar, cito textualmente:

“La interpretación debe ser dada cuando el analista sabe lo que el analizado no sabe, necesita saber y es capaz de saber”.

Obviamente, ha sido preocupación de muchos analistas cuando estas condiciones no se dan, por ejemplo, en David Liberman ha dado lugar a una de las versiones acerca de la interpretación que genera iatrogenia dentro de la sesión. Habiendo establecido algunos elementos acerca de qué es una interpretación, cuándo es descriptiva y cuándo es causal, vuelvo al material para retomar el tema del *abordaje* y cómo se dio en mi interpretación, que es una interpretación descriptiva, no explicativa, según la clasificación de Louis Paul ya que encontramos en ella mucho de lo que él dice acerca del *categorizar, denotar, describir, designar y especificar*, al *describirle* la experiencia de cuando se pega el golpe preciso en el golf. Esto, nuevamente, me condujo a la idea de que no hay diferencia entre la interpretación que podría hacer en los casos en que estoy en un *setting* psicoanalítico y aquellos en los que no lo estoy. El paso siguiente fue examinar si la diferencia podría estar en lo que buscamos en cada una de esas situaciones. Es decir, en los fines, o lo que implícitamente tenemos como finalidad cuando interpretamos.

Revisando la bibliografía acerca de las *finalidades del análisis*, encontré que uno de los que se ocupó de hacer una síntesis sobre esto fue José Bleger; cito algunas de la larga lista acerca de las cosas que se considera *la finalidad del psicoanálisis*:

Abreacción;  
Llenar lagunas mnémicas;  
Hacer consciente lo inconsciente;  
Relacionado con lo anterior, levantar las represiones;  
Transformar la neurosis en neurosis de transferencia;  
Resolver fijaciones infantiles;  
Maduración de la personalidad;  
Conocimiento de sí mismo (insight);  
Donde está el Ello debe estar el Yo;  
Working through;  
Mayor capacidad de sublimación; mayor capacidad de reparación;  
Relación con objetos internos;  
Cambio de mundo interno del paciente;  
Mayor libertad interior; mayor libertad y plasticidad del Yo;  
Mayor autonomía del Yo; criterios de adaptación, Hartmann;  
Integrar disociaciones;  
Integración del Yo o adelanto en la capacidad de síntesis del Yo, Melanie Klein; introducir discriminaciones.

Y continúa la lista. Aquí también nos vemos con el problema de no encontrar un criterio para distinguir entre psicoanálisis y psicoterapia. Bleger dice:

“Todos los objetivos que he citado resultan no ser excluyentes entre sí y además son todas formulaciones correctas.”

Y él tiene una propuesta que me parece interesante, y esto sí empieza a ser una posibilidad de discriminar entre psicoanálisis y psicoterapia, cuando él hace la distinción entre lo que serían *resultados mayéuticos*, y resultados de curación o *resultados clínicos*. En este amplio panorama en que cada autor define de una manera distinta lo que él ha logrado con el análisis de una persona, me pareció que la síntesis que me resultaba más satisfactoria es, nuevamente, de Racker:



“Considerando el desarrollo del psicoanálisis desde sus comienzos, puede decirse que, habiendo empezado como terapia, ha dirigido luego su atención al hombre como totalidad y ha descubierto, por este camino, las perturbaciones generales y especiales de la evolución del hombre, del ser humano en sí, enfermo o sano. Y, el tratamiento psicoanalítico, se ha convertido en una técnica de evolución o transformación humana, incluyendo ésta, como una de sus posibilidades principales, la terapéutica.”

Considerar que es una *técnica de evolución o transformación humana*, nos saca del encierro que se podría sentir al chocar con la idea de un determinado autor acerca de lo que él considera que se puede lograr con el análisis. También nos amplía el campo porque esta técnica que nosotros usamos de evolución y transformación humana puede tomar muchas formas y, evidentemente, no se pueden distinguir apelando a determinados contenidos o determinados aspectos formales, por ejemplo, del *setting*.

### **Algunas hipótesis tentativas acerca de la distinción entre psicoanálisis y psicoterapia**

Ya dije que consideraba que el abordaje y la interpretación no son útiles para distinguirlos, el *setting* tampoco. Lo que sí me parece que puede tener utilidad es el hecho de que en las psicoterapias, de alguna manera, existe algún tipo de *restricción*, que el analista asume. Me refiero al carácter abierto de la exploración de un determinado material o problema en el psicoanálisis, mientras que, según mi experiencia, en las psicoterapias nos parece satisfactorio lograr un grado de comprensión del material y tomamos la iniciativa de pasar al punto siguiente, sea éste un problema o un aspecto no claro del material.

En esta iniciativa del terapeuta creo que está lo que me parece

una restricción. Ya no estamos en un universo abierto en el que nos dejamos llevar y no hay mapa o ruta distinguible *a priori* —“se hace camino al andar” como dice el poeta—, sino que existe algún factor, temporal o de cualquier otro tipo, que nos empuja a tener una iniciativa, a actuar sobre el campo intencionalmente. También puede ocurrir en el marco de algunas teorías psicoanalíticas que el analista intervenga a través de acciones concretas en la conducta del analizado.

Es conveniente precisar esta cuestión. Sin duda intervenimos, y la misma interpretación es una acción que realizamos en el campo, pero es diferente si esa acción está circunscripta a la situación actual o si apunta a algo que está más allá y se la realiza porque se supone que esa acción produce un efecto que según esa teoría es deseable.

El otro aspecto que me parece interesante para explorar las diferencias entre psicoanálisis y psicoterapia es el *rango emocional*. Me refiero a que el proceso abierto del psicoanálisis nos conduce a un universo emocional abierto donde nos encontramos con la incertidumbre y sus riesgos dentro de la experiencia emocional que transcurre en nuestro interior. Aceptar estas condiciones y exponernos a ellas constituye el rango emocional más amplio que podemos lograr. Si existe alguna restricción sobre el universo de la sesión entonces corremos menos riesgos emocionales y también habrá emociones que no aparecerán.

En un trabajo de mi autoría, aún no publicado, sostengo:

“Debemos considerar la subjetividad de cada uno, del analizado y del analista como irreductible en su naturaleza, razón por la cual toda interpretación es solo una aproximación que se corrige a través de un *nuevo loop* (*nueva re-alimentación, nueva vuelta*). Este particular *loop* puede ser una definición del proceso analítico. El proceso analítico no arriba a verdades, tan sólo se acerca indefinidamente a través de este *loop* a un conocimiento más profundo del funcionamiento psíquico de ambos participantes”. [...] “Aquello que consideramos interpreta-

ción, y las circunstancias en las que opera, son parte del concepto de *timing*. Quisiera agregar que el *timing* funciona en ambos sentidos cuando se establece el *loop* del proceso”.

Es decir, cuando estamos funcionando el analizado y el analista, hay un *loop* donde la incompletud de cada uno —en cuanto a la propia visión y a la visión del otro— es enriquecida tanto por el analista como por el analizado. Lo que me parece interesante es la idea de que los dos manejan un *timing* que hace posible este desarrollo. Es decir, que al *timing* del analista corresponde un *timing* del analizado, que trae un nuevo material y que ese nuevo material sirve en tanto se inserta dentro de esta cualidad de *timing* del conjunto.

Por otro lado, el tema de los resultados del psicoanálisis y la psicoterapia también ha sido campo de investigación desde hace muchos años. Los primeros trabajos datan de 1950 hasta uno de los últimos trabajos de Fonagy en el “Outcome of Psychoanalysis”. Los trabajos de investigación han encontrado que no hay diferencias en los resultados clínicos, pero podemos agregar que desde nuestra perspectiva sí hay diferencias en los resultados mayéuticos. Sin duda es necesario realizar investigaciones que puedan testear esta hipótesis.

Creo también que en el proceso encontramos evolución y transformación en los dos casos, pero habrá que seguir investigando sobre esto y evaluar realmente cuál es la profundidad y cuáles son las diferencias entre una y otra técnica. ◀

## **Bibliografía**

BLEGER, José, “Criterios de curación y objetivos del psicoanálisis”, en *Revista de Psicoanálisis* N° 2, APA, 1973.

DEVEREAUX, George, “Some criteria for the timing of confrontations and interpretations”, en *Psychoanalytic clinical interpretation*, The Free Press of Glencoe, Collier-Macmillan Ltd., London, 1963.

- FONAGY, Peter, *An Open Door Review of Outcome Studies in Psychoanalysis*, IPA.
- ISSAHAROFF, Eduardo, “Comunicándonos en sesión”, en *Revista de la Sociedad Argentina de Psicoanálisis*, N° 6, 2003.
- LIBERMAN, David, *Lingüística, interpretación comunicativa y proceso psicoanalítico*, Tomo I, Galerna, Buenos Aires, 1970.
- PAUL, Louis, “The logic of psychoanalytic interpretation”, en *Psychoanalytic clinical interpretation*, The Free Press of Glencoe, Collier-Macmillan Ltd., London, 1963.
- RACKER, Heinrich, *Estudios sobre la técnica psicoanalítica*, Paidós, Buenos Aires, 1960.