

El psicoanálisis como soporte de la psicoterapia

*Carlos Rasquin*¹

Resumen

Este trabajo plantea la pertinencia de las teorías psicoanalíticas como fundamento de la práctica de la psicoterapia. Se exponen algunos problemas comunes al ejercicio de ambas actividades

Se revisan conceptos psicoanalíticos que el autor considera involucrados en el quehacer psicoterapéutico, sugiriéndose el estudio de los mismos por parte de los practicantes de la psicoterapia. En tal sentido, se destacan temas como el inconsciente dinámico, el desarrollo del psiquismo infantil, configuración narcisismo-complejo de Edipo, eje transferencia-contratransferencia, entre otros.

Finalmente, se llama la atención al respecto de no aplicar las exigencias de brevedad y focalización temática de la psicoterapia, al programa de formación de los psicoterapeutas.

Cuando Sigmund Freud, a finales del siglo XIX, se aventuró a indagar el enigma de las histéricas y de los sueños, inauguró un quehacer y un saber que llamamos *psicoanálisis*, que es el producto de una práctica y de un proceso de investigación.

El psicoanálisis surgió y se fue conformando como una teoría de la personalidad y del funcionamiento psíquico, con una técnica muy particular y sui géneris, como lo es la asociación libre. La motivación inicial fue la búsqueda de una terapia para el alivio de los síntomas y el sufrimiento humano.

En su crecimiento, el psicoanálisis se expandió y se sigue expandiendo a través del mundo civilizado, y su desarrollo teórico sigue su evolución,

¹ Miembro titular en función didáctica de la SPC, IPA y Fepal.

con lentos pero constantes aportes y progresos. Del tratamiento de neuróticos adultos, el psicoanálisis ha desarrollado modelos técnicos para tratar niños, psicóticos moderados, grupos, familias, pacientes psicósomáticos y variadas formas de psicoanálisis aplicado a diferentes áreas de la cultura.

La complejidad y las dificultades que supone un tratamiento psicoanalítico han mantenido su práctica reducida a una relativamente baja proporción tanto de terapeutas como de pacientes. Podríamos agregar que los mismos psicoanalistas no trabajan con todos sus pacientes en el encuadre tradicionalmente establecido de diván, tres o cuatro sesiones por semana, sin límite preciso de tiempo. Muchas veces, más de la mitad de los pacientes son atendidos en un esquema de una o dos veces por semana, sentados frente a frente y con un plan de tiempo limitado.

Pero el psicoanálisis iniciado por Freud, sus seguidores y sus disidentes nos ha legado una catedral de conocimientos de la psicología profunda y un arsenal de instrumentos de acceso a la mente y al ser doliente, que siguen alentando y justificando la continuidad de tan minuciosa y ardua práctica.

Progresivamente se fue desarrollando un quehacer diferenciado del psicoanálisis que se reconoce como psicoterapia, que, si bien en muchas escuelas y enfoques reconocen (o se pueden reconocer) raíces en conceptos psicoanalíticos, se diferencian tanto en enunciados como en propuestas técnicas. Creo que tiene consenso la idea de que la psicoterapia es un proceso conducido por un especialista, dirigido a aliviar o resolver síntomas y conflictos en la vida de una persona, los cuales han sido identificados por ambas partes, en razón de la relevancia y perturbación manifiesta y que se abordan en un plan de una o dos sesiones a la semana, en una extensión relativamente breve y delimitada en el tiempo.

En lo anterior se plantea una diferencia entre el psicoanálisis y la psicoterapia relativa a cómo enfocar la cura. La psicoterapia identifica problemas y apunta a resolverlos. En el psicoanálisis se reconocen problemas, pero no se aboca a resolverlos directamente, sino a encontrar el sentido que tienen en la dinámica global de funcionamiento del analizando. Algunos van más lejos y consideran que el psicoanálisis no es una cura sino una investigación, un conocerse a sí mismo, que puede derivar beneficios y cambios.

Para justificar que la situación analítica dispone de instrumentos técnicos y modelos teóricos que son aplicables a una tarea psicoterapéutica, podemos señalar tres de sus supuestos básicos:

- El ser humano es un sujeto escindido por la represión, resultando una dimensión consciente de su existencia, guiada por el juicio razonable, y

una dimensión inconsciente, guiada por la pasión y el deseo, que logra ejercer un fuerte poder de determinación intrapsíquica y en la conducta de la persona.

- El sujeto se constituye en una relación con el otro.
- La mente se estructura como un discurso que tiende hacia su propio desarrollo.

Estas concepciones fundamentales del psicoanálisis que hemos destacado justifican que la intervención de otro, llamado y significado como terapeuta, pueda articularse e intervenir en el mundo de un sujeto que pide y acepta esa intervención.

En la variada gama de propuestas de cura por métodos psicológicos, hay algunos que, en razón de los muy diferentes paradigmas en que se apoyan, permiten poco diálogo al respecto de teorías o técnicas en común, como por ejemplo las terapias de modificación de conducta o curas de inspiración religiosa que se apoyan en ideas como la reencarnación. Pero, ante las propuestas que se apoyan en la existencia y determinación de lo inconsciente, se abre la posibilidad de una discusión válida sobre la aplicación, en la práctica psicoterapéutica, de conceptos y técnicas provenientes de diferentes enfoques o escuelas y, por lo tanto, considerar cuáles de ellos deberían conformar el corpus curricular de la formación de psicoterapeutas.

En este interés de diálogo y aporte, me voy a permitir aproximar una lista de conceptos teóricos o, mejor aún, problemas teóricos y recursos técnicos que, considerados desde la óptica del psicoanálisis, serían de gran importancia comprender o abordar en el contexto de una psicoterapia y un pertinente equipamiento para el ejecutante de la misma.

Configuración consciente-inconsciente-represión-resistencia

Estos conceptos son piedra angular del psicoanálisis y tema de coincidencia y consenso para la mayoría de los enfoques en psicoterapia. Propongo esta agrupación que presenta a estos conceptos en su articulación dinámica, menos teórica y más ajustada a su manifestación en la realidad clínica.

Desarrollo psicosexual infantil

El conocimiento de las vicisitudes evolutivas del psiquismo del niño son, a nuestro entender, un capítulo fundamental para la comprensión del proceder adulto y su conflictividad. La importancia de la etapa infantil es uno de sus mejores aportes, aunque también de los más controversiales. Los

esquemas evolutivos se han ido acumulando a lo largo del tiempo. El de Abraham-Freud, de las etapas oral, anal, latencia y genitalidad, es un clásico. Casi todos los autores psicoanalíticos importantes han propuesto un esquema más o menos abarcador, aunque ninguno dé cuenta completamente de los eventos evolutivos del niño.

Configuración narcisismo-complejo de Edipo

Como desarrollo del tema precedente, pero con dignidad como para ser considerado aparte, está la configuración narcisismo-complejo de Edipo, que se ha ido organizando como tal a lo largo de la evolución del conocimiento analítico. Es uno de los campos extensos e inconclusos del psicoanálisis y el estudio de su significado aporta una comprensión más penetrante de los conflictos del paciente.

Estructura de la personalidad

La estructuración de la personalidad desde el punto de vista psicoanalítico es uno de los modelos teóricos más utilizados en la interpretación del conflicto y del funcionamiento del llamado aparato psíquico. En tal sentido se sigue apelando al primer esquema (primera tópica) de consciente-preconsciente-inconsciente, como al posterior (segunda tópica) en sus instancias de ello-yo-superyo.

Mecanismos de defensa

Los mecanismos de defensa son uno de los conceptos psicoanalíticos más difundidos y aplicados en el campo terapéutico. El adecuado conocimiento de los mismos y su comprensión como fórmulas adaptativas son de una gran utilidad para cualquier psicoterapeuta. El mecanismo de la identificación proyectiva desarrollado por Melanie Klein justificaría un detenido y cuidadoso estudio.

Los sueños

La recolección de sueños y su análisis es una tarea difícil y borrosa, pero que da la regia oportunidad de acceder a importantes contenidos inconscientes y confronta con los mecanismos que utiliza el sujeto para sus ajustes neuróticos. El estudio de la teoría y técnica del análisis de los sueños, es una materia de un notable valor y utilidad para el practicante de la psicoterapia. Aunque abocarse a analizar sueños con el paciente no sea muy factible en ese esquema de trabajo, el material que puede obtener el terapeuta por esa vía le aporta más comprensión y acceso sobre el paciente.

Transferencia-contratransferencia

La universalidad de estos fenómenos hace que su conocimiento sea un requerimiento para cualquier terapeuta, pues, de no estar al corriente del mismo, estaría dejando de percibir el verdadero acontecer afectivo y simbólico en la pareja terapéutica. Estudiar su significado y manifestaciones es de gran importancia, independientemente de que en un encuadre de psicoterapia no se acostumbre ventilar ni interpretar la transferencia (la contratransferencia no se ventila, tampoco, en análisis, salvo en casos excepcionales).

Interpretación

La interpretación es el acto analítico por excelencia y modo de abordaje al analizando. Supone la recolección, integración y devolución de los datos aportados por el paciente. Es el instrumento de probable cambio, en la medida en que ofrece otros ángulos, componentes y posibilidades, que el sujeto no logra captar u organizar. La interpretación no es el único medio de abordaje en psicoterapia, pero también en ese campo puede ser de un protagonismo y eficiencia relevantes. La destreza en su implementación conlleva un estudio teórico, pero también otros de tipo práctico: el análisis personal y la supervisión por parte de analistas más experimentados.

El análisis personal

Aunque estas consideraciones se refieren a propuestas sobre el contenido teórico de un programa para psicoterapeutas, el psicoanálisis es un modelo teórico que conlleva una premisa: el análisis es una praxis y para aprenderlo hay que ejercer esa praxis, primero en calidad de analizando. El análisis del terapeuta es una consecuencia que se desprende del hecho inconsciente del cual todos somos portadores. La forma más consistente de aproximarse al inconsciente es experimentando en sí mismo el reconocimiento de lo reprimido en la (propia) dinámica asociación libre-interpretación por otro, el analizado.

Aunque no todos los analizados se tienen que convertir en psicoanalistas, toda persona que va a ejercer de psicoterapeuta, enfrentándose a las fantasías, impulsos, represiones, etc., de un paciente, debe tener una experiencia importante de psicoanálisis. Si no, se corre el riesgo de que opere una distorsión muy frecuente en la pareja médico-paciente: muchos médicos se hacen tales con la fantasía de nunca ser pacientes.

La supervisión de casos clínicos y el uso de la técnica de discusión en seminarios teóricos para impartir información, vendrían a completar el plan formativo de este saber de transmisión oral que es el psicoanálisis,

cuya aplicación a la formación de psicoterapeutas nos resulta muy factible y conveniente.

Quizás el conjunto de estas propuestas puedan impresionar a algunos como muy extensas, si consideramos que se acompañarían del corpus teórico y técnico que cada modelo o enfoque en particular puede ofrecer. Pero quisiera terminar llamando la atención sobre un riesgo que se cierne sobre la psicoterapia en todas sus instancias: el riesgo de la simplificación. El propósito de focalización temática y de tiempo limitado no tiene porque derivar en superficialidad, tanto de la tarea terapéutica como del marco teórico y proceso formativo del cual se nutren los terapeutas. Obviamente, mientras mejor “equipado” esté un psicoterapeuta, estará en mayor posibilidad de obtener mejores rendimientos en una tarea que muchos reconocen como más ardua y exigente en razón de las condiciones más restringidas de trabajo en las que actúa la psicoterapia.

Referencias

- FREUD S (1912). *Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico*. OC, tomo XII. Amorrortu (1976).
- _____ (1919). *Sobre la enseñanza del psicoanálisis en la Universidad*. OC, tomo III. Biblioteca Nueva (1968).
- WALLERSTEIN R (1969). Introducción a la mesa redonda sobre psicoanálisis y psicoterapia, *Int. J. Psycho-Analysis*, I, 1.