

Análisis a distancia¹

Rómulo Lander²

Resumen

En este trabajo se describen los elementos y consideraciones generales que intervienen en el análisis a distancia. Se hace una aproximación práctica y detallada que contribuye a diferenciar y precisar cuáles variaciones pueden ocurrir según elementos propios de la virtualidad, de las características del analista y sus funciones, características del analizando, de la situación y del proceso analítico.

Consideraciones generales sobre el **Trabajo analítico a distancia**:

- Recuento histórico: En la década de los ochenta se usaba realizar las supervisiones analíticas escritas y enviadas por FAX. El supervisando enviaba el material clínico de la sesión y el supervisor respondía por escrito.
- Supervisando y supervisor se escribían y hacían un intercambio útil de las ideas, a distancia.
- No muchos analistas simpatizaban con este modo de trabajar, no disponían del tiempo ni de la facilidad para escribir sus ideas.
- En esa época esta forma de trabajar a distancia era una práctica muy escasa y muy reducida.

¹ Trabajo presentado en el primer conversatorio virtual en tiempos de coronavirus. Sociedad Psicoanalítica de Caracas, mayo 2020.

² Miembro Titular con función didáctica de la Sociedad Psicoanalítica de Caracas, de la Federación Psicoanalítica de América Latina (FEPAL) y de la Asociación Psicoanalítica Internacional (IPA).

- Hoy día, treinta años después, el análisis a distancia llegó para quedarse, como una opción válida.
- Ahora se pueden hacer supervisiones y análisis a distancia por teléfonos inteligentes (con conexión satelital) usando Whatsapp (con o sin video) a un costo de conexión inexistente.
- Este tipo de trabajo analítico también se puede hacer por internet con diferentes conexiones [públicas o privadas] usando Skype con o sin video. Igualmente, con un costo de conexión mínimo o inexistente.
- En caso de trabajo de grupo, como ocurre en supervisiones grupales, clases, seminarios, Charlas, conversatorios, que requieren de un trabajo a distancia en grupo (desde pocos asistentes hasta mil asistentes) se puede hacer cuando se usan diversas plataformas de video-conferencias que ya existen en la Internet.
- Existen varias plataformas disponibles entre las cuales están:
 - a. **Skype** (Microsoft)
 - b. **Zoom** (Gartner)
 - c. **Hangout** (Google)
 - d. **Facetime** (Apple)
 - e. **Meet** (Google)

A todas estas plataformas se accede por internet de manera básica gratuita, o ampliada con más servicios por medio de un pago moderado.

Al momento de hacer la cita, cuando se trabaja a distancia, hay que tomar en cuenta el Huso Horario. Hay que tener en cuenta la hora de la ciudad en que reside el analista en relación a la hora en la ciudad, donde reside el analizando.

- Si el analizando reside al este del meridiano local (donde reside el analista) este debe sumar horas.
- Si el analizando reside al oeste de ese meridiano local, se debe restar horas.
- También hay que tomar en cuenta los **horarios de verano** (marzo a octubre) y el **horario de invierno** (octubre a marzo). Es necesario dos veces al año ajustar el reloj del analista al nuevo horario. La hora del analizando será distinta según sea el país en cuestión.

En relación a la **Ética Psicoanalítica** en el análisis a distancia:

- En la práctica analítica presencial es importante ofrecer y cumplir la confidencialidad del analista. Esto es algo estándar y de rutina en nuestra técnica. El analista está entrenado y plenamente capacitado para cumplir totalmente esta oferta de confidencialidad.
- Sin el cumplimiento de la confidencialidad se dificulta la apertura mental del analizando y no permite la existencia del análisis de los contenidos mentales.
- Habrá un diálogo de apoyo, pero no un análisis.
- Entonces se puede decir que el **diálogo psicoanalítico** se sostiene gracias al cumplimiento cabal de la oferta de confidencialidad.
- El convenio de trabajo, tanto **presencial** como **virtual**, implica que el analista ofrece y cumple en su totalidad el **Código Deontológico Ético** que exige la IPA y FEPAL a sus miembros.
- Así pues, en la práctica virtual se respeta el **código de ética Psicoanalítica** de la IPA, el cual es similar al código de Ética de las diversas sociedades miembros de la IPA.
- Se aplica ese código **independiente del país** donde está el analista y del país donde está el analizando.

En relación a la **Escucha Analítica** a distancia:

- Cuando se está trabajando a distancia se pierde la presencia física del analizando.
- Cuando se trabaja **sin la presencia física** del analizando se dificulta la **identificación del analista** con su analizando. A veces esta identificación resulta ser imposible.
- Si la **escucha analítica** ocurre con audio y con video: Esta presencia del video va a favorecer el mecanismo inconsciente de la **identificación**. Esto es algo que puede ocurrir a ambos miembros de la dupla analítica.
- **Cuando hay identificación** va a ocurrir el mecanismo mental de la **simetría objetal** en la relación de transferencia-contratransferencia. Lo cual **no es recomendable** que ocurra.
- Cuando el analista trabaja en **simetría objetal** está trabajando con su propio síntoma.

- Me refiero que el analista trabaja (entiende e interpreta) con su propio síntoma.
- Lo cual no es recomendable.
- Algunos analistas necesitan identificarse con el analizando para poder trabajar (para poder entender) y producir: la interpretación analítica.
- Esto **no es lo recomendable**, pero ocurre muy frecuentemente.
- Es preferible trabajar analíticamente en **asimetría objetal**.
- La **asimetría objetal** se establece cuando **no hay identificación** con el analizando.
- Es decir, este **trabajo analítico** transcurre en **alteridad objetal**, en donde yo soy yo y tú eres tú.
- Si la **escucha analítica** es solo con audio y sin video, se va a favorecer el proceso analítico.
- Esta ausencia del video va a obstaculizar el mecanismo de **identificación inconsciente** y entonces se trabaja en **alteridad objetal** sin identificación, favoreciendo el proceso analítico.
- Cuando el **analista está presente y escucha** a distancia **sin imagen de video**, es como si el analizando estuviera en el diván. Sin posibilidad de presencia visual.
- Esto, como ya dije, favorece el intercambio de **ideas abstractas** (trabajo conceptual) **sin usar** el mecanismo mental de **la identificación** en ninguno de los dos participantes de la dupla, es decir se trabaja en **alteridad objetal**.
- Un efecto visible de esta práctica en **alteridad sin video**, es que el **analista se cansa más** en el trabajo de cada sesión.
- El trabajo en alteridad obliga a estar más atento y trabajar exclusivamente con las ideas abstractas.
- El **trabajo analítico** presencial resulta ser mucho más descansado.

En relación al **Acto Analítico** a distancia

- El acto analítico refiere a la escucha, al decir y al silencio del analista.
- Rara vez incluye el acto físico o el acto arbitrario del analista.
- El acto analítico a distancia favorece la escucha del analista y su silencio (con o sin video).
- Es preferible la escucha analítica sin video por una razón, la cual es la siguiente:

- Al no haber una imagen en la pantalla solo queda el audio.
- El audio obliga a ambos miembros de la dupla analítica a procesar las palabras que escuchan y estas palabras sin imagen son las que transmiten las ideas.
- Las ideas nos llevan a los conceptos.
- El trabajo analítico con las ideas sin identificación (sin imagen) significa un trabajo en **alteridad objetiva** lo cual facilita el proceso al trabajar con el entendimiento de nuevas ideas: va a facilitar la adquisición de los **nuevos conocimientos**.
- La adquisición de nuevos conocimientos favorece el desarrollo progresivo (el crecimiento) de la mente.
- En mi experiencia, el trabajo a distancia hace que el silencio del analista sea más evidente y así adquiera más significación y sea más útil. Aparece un silencio que habla.
- El analista en silencio está en una **escucha atenta y sin prejuicios**.
- Está con la **intensión de entender** los contenidos mentales del analizando, **sin ejercer ningún juicio**, ni moral, ni sexual, ni religioso.

En relación al **Efecto de la Palabra** en el análisis a distancia:

- Cuando existe un buen audio el efecto de la palabra producido en la mente del analista y en la mente del analizando pasan a ser claros y precisos.
- La claridad del audio a distancia ayuda al analista a ser preciso y breve en sus decires (en su interpretación).
- El silencio que ocurre en la trasmisión entre uno y otro, resulta útil y muy esclarecedor.
- Pienso que el trabajo analítico que transcurre en el análisis a distancia va a ocurrir con predominio del pensamiento abstracto, con ideas y conceptos donde las imágenes identificatorias no juegan un papel decisivo.
- Este punto de la **alteridad objetiva** es importante porque ayuda a la **efectividad del proceso analítico**.

Ciertos aspectos de la **Resistencia** en el análisis a distancia:

- El inicio del análisis es recomendable hacerlo con audio y con video.

- Cuando el paciente viene de un análisis previo presencial y conoce el manejo de internet, la resistencia que encontramos es puntual, precisa y va a estar **relacionada con la historia de infancia** del analizando.
- El analizando **resiste ciertos temas** de su vida: esos son los temas que evade.
- Estos temas inexistentes (reprimidos y resistidos) se pueden identificar en el decir del analista (pasan a existir) y se puede invitar a explorarlos.
- Es posible que, a través de la toma de consciencia, pierdan su carga de culpa, de vergüenza y de angustia.
- A veces la resistencia a iniciar un análisis a distancia tiene más que ver con la **dificultad de manejarse en internet** y con la plataforma de Skype, Zoom o cualquier otra plataforma.
- Una vez **superado ese obstáculo** electrónico la entrevista analítica fluye de manera útil y el trabajo analítico avanza.

En relación a la **Regresión intra-sesión** en el análisis a distancia:

- La regresión intra-sesión en el análisis a distancia es favorecida por
 - La **alta frecuencia** de sesiones
 - La **regularidad** de las sesiones
 - El trabajo sin video
 - El **silencio del analista**
 - **Efecto de ciertas interpretaciones** dirigidas a la infancia temprana.
- La regresión intra-sesión va a **intensificar la vivencia de la transferencia** en términos afectivos y emocionales, ya sea una transferencia negativa o positiva. En mi experiencia, encuentro que esto es positivo para el avance del análisis.
- A veces las angustias (temores) **paranoicas transferenciales** intensificadas por la regresión intra-sesión, resultan peligrosas, porque pueden precipitar una interrupción del proceso analítico.

Aspectos de la **Transferencia** en el análisis a distancia:

- En el análisis a distancia la transferencia **positiva o negativa** del analizando puede hacer presencia visible.

- Cuando la transferencia es positiva no se interpreta. Se deja tranquila.
- La transferencia positiva solo se interpreta cuando esta aparece **como una resistencia** al proceso analítico, como ocurre en los intentos de seducción, como forma de resistencia.
- El manejo de la transferencia negativa es otra cosa.
- La transferencia negativa sirve para identificar situaciones y sentimientos (pre-verbales) que aparecen en relación a figuras del pasado infantil del analizando (de una época pre-verbal) lo cual puede ser de una gran ayuda para precisarlas y así poder usarla en la interpretación-transferencial. Encuentro que esta es la única forma en que estas experiencias traumáticas salen a la consciencia.

Aspectos de la **Contra-transferencia** en el análisis a distancia

- Es necesario precisar y diferenciar lo que vamos a llamar **contra-transferencia** y lo que vamos a considerar transferencia del analista.
- La **contra-transferencia** refiere a la respuesta inconsciente del analista al material ofrecido por el analizando.
- La **transferencia del analista** (con su analizando) corresponde a la respuesta inconsciente a la persona del analizando, independientemente de lo que nos dice. Refiere a la transferencia del analista con la persona del analizando.
- Recordemos que existe una relación transferencial del analista con cualquier persona.
- La **contra-transferencia** del analista puede resultar de **mucha ayuda** cuando el analista está consciente de esta respuesta contra-transferencial suya. Entonces esta respuesta puede ser usada por el analista para comprender mejor la situación inconsciente [reprimida] de la infancia del analizando.

Consideraciones sobre **La virtualidad** en la sesión a distancia

- La **virtualidad** refiere al vínculo virtual en ausencia física de alguien.
- El análisis a distancia es virtual.
- Diferente al análisis presencial.

- Este **análisis virtual** (a distancia) tiene sus beneficios y tiene su eficacia.

Cuál es la **Eficacia** del análisis a distancia.

- El análisis virtual a distancia favorece la relación asimétrica transferencial.
- Favorece la **presencia de la alteridad** en el proceso.
- Cuando la alteridad habita la mente del analista en la relación con el analizando, el analista trabaja con más claridad: aparece el Yo soy Yo y el Tú eres Tú.
- Cuando la alteridad habita la mente del analizando en la relación transferencial. Entonces, el analizando recibe las ideas con más claridad y con discriminación Self-objeto.
- La presentación y recepción de las ideas no son interferidas por imágenes.
- Ni por la posible identificación que esas imágenes favorecen.
- Existen analizandos y también existen analistas que necesitan la identificación en el proceso analítico.
- Necesitan las imágenes y por eso prefieren análisis presenciales.
- Esto no significa que estos análisis simétricos sean desvalorizados. De ninguna manera.
- Existen muchas personas con una estructura mental narcisista que necesitan las imágenes para poder trabajar (analistas y analizandos).
- Así trabajar en alteridad objetal y trabajar sin alteridad objetal tiene su lugar y su legitimidad.
- Muchos pacientes no pueden trabajar sin la imagen presente.
- Por lo tanto, esto tiene su utilidad en algunos casos.