

PSICOANÁLISIS EN TIEMPO DE PANDEMIA

Abel Fainstein K.*

Vivimos tiempos difíciles. Amenazadas nuestra integridad física, nuestro trabajo, nuestro sustento y atravesando todo esto en largas semanas de una cuarentena que nos mantiene reclusos en nuestras casas. Muchas veces solos, aislados, siendo que en general desconocemos vivir en aislamiento.

Jorge Bruce¹ citaba hace poco a Mariana Enríquez, una escritora argentina que dijo que en estos tiempos era difícil pensar, solo se podía “pensar corto”. Con esa salvedad, intentamos sin embargo hacerlo. Necesitamos hacerlo compartiendo nuestras inquietudes y experiencias. Nuestros saberes adquiridos en estas pocas semanas sirven a mejorar nuestra práctica y estimulan el intercambio regional e internacional de una manera inédita.

Aunque lo que vivimos es definido frecuentemente como una situación traumática, cabe seguir a Moty Benyakar (2016) quien describió entre nosotros “lo disruptivo” diferenciándolo de “lo traumático”. Es que sabemos que lo traumático, en psicoanálisis, solo puede evaluarse a posteriori. Una amenaza incierta sobre proyectos personales, familiares, sociales y económicos, sentimos miedo, inquietud, tristeza, alteración psíquica, son todas manifestaciones de lo disruptivo en la conciencia. Sin embargo, son reacciones de personas normales ante situaciones anormales y no debemos patologizarlas a priori.

La pandemia de COVID-19 es indudablemente una situación disruptiva pero no necesariamente traumática, aunque muchas veces devenga en ello.

* Médico, Psiquiatra, Psicoanalista en Función Didáctica de la Asociación Psicoanalítica Argentina (APA). Ex presidente de la APA. Ex presidente de FEPAL. Miembro del Comité de Temas Institucionales. Ex Miembro del Board de Representantes y del Comité Ejecutivo de la International Psychoanalytical Association (IPA). Magister en Psicoanálisis y Miembro del Comité Académico de la Maestría en Psicoanálisis (USAL-APA). <afainstein@gmail.com>

1. Webinar FEPAL (25 de abril, 2020). *La escucha analítica en tiempos de aislamiento social*.

Tratar de evitarlo es nuestro trabajo. Benyakar y Freire (2016) definieron esto como el logro de “inmunidad psíquica”. Incentivar su desarrollo es ayudar a transformar lo incierto en conocido, abordable, posible, a través de estimular la creatividad e iniciativa. Se trata de poder reconocer el peligro, desarrollar defensas sin huir ni negar. Reconocer el factor dañino y las reacciones propias. Tomar individualmente las medidas adecuadas para preservarse.

La práctica psicoanalítica no podría estar ajena a este contexto epocal. Tiempos que Tanis² caracteriza como de eclipse de la subjetividad lo que la hace especialmente necesaria. Coincidimos con él en que el pasado parece perdido y un presente absoluto nos toma enteros impidiendo pensar un futuro. Se trata de hacer más que ser.

Además de los factores ya apuntados, cada uno de nosotros se vio obligado en pocos días a adecuar su práctica a medios virtuales o suspenderla hasta que fuera posible seguirla en nuestros consultorios. Muchos colegas que se oponían fuertemente a la posibilidad de hacerlo por considerarlo inviable están hoy descubriendo sus posibilidades. Muy pocos han suspendido su tarea.

Por su parte las sociedades psicoanalíticas han debido adecuar su funcionamiento habitual y las normas y dispositivos de la formación en sus Institutos. En algunos casos se han organizado grupos de reflexión para contener a la propia membresía con excelentes resultados. Muchas de ellas ofrecen además un servicio de contención emocional y orientación terapéutica a la comunidad por vía telefónica. Organizado en pocas semanas, en algunos casos llevan atendidas varios centenares de consultas, siempre en forma gratuita. La solidaridad, que, junto con la amistad, Kancyper (2014) describió como sublimaciones del complejo fraterno, se muestra especialmente necesaria en este contexto (véase Romano, 2020)³. Virginia Ungar⁴ lo rescató en un reciente Webinar.

Se suma una notable demanda de presencia en los medios masivos de difusión de muchos de sus miembros.

Muchos colegas se han sumado con sus reflexiones a publicaciones periódicas y a los medios audiovisuales que los convocan casi a diario. Otros compilaron o escribieron libros con sus reflexiones sumadas a los de especialistas en otras

2. Webinar FEPAL (25 de abril, 2020). *La escucha analítica en tiempos de aislamiento social*.

3. Esther Romano convocó a algunos psicoanalistas para ofrecer un homenaje a Luis Kancyper en un e-book titulado “*El concepto de vínculo fraterno de Luis Kancyper. Indiferencia-Solidaridad*” lanzado este 25 de mayo de 2020. El autor de este artículo participa en el e-book señalado.

4. Webinar API (22 de mayo 2020). *La alteridad, los valores y el cuidado en los tiempos del COVID-19*.

disciplinas. Se atiende así a una enorme avidez de saber algo más acerca de algo nuevo, desconocido y amenazador como es COVID-19.

Coincido con Horenstein⁵ en la importancia de pensar que el otro no solo contagia sino que también ayuda. Se trata de estar y pensar juntos. Cabré⁶ describió en este sentido el efecto balsámico del diálogo entre colegas, hecho que podemos comprobar en la enorme convocatoria de los Webinar de la IPA y Fepal acerca del COVID-19. Muchos de ellos con más de 1000 registraciones, muestran a las claras la necesidad que tenemos de este tipo de encuentros.

La práctica psicoanalítica

La práctica psicoanalítica es siempre singular. Sabemos sin embargo que hay algunas cuestiones difíciles de obviar como son por ejemplo las que hacen al método psicoanalítico: es en transferencia, se basa en la asociación libre del paciente y atención libremente flotante del analista, respeta la regla de abstinencia y una neutralidad posible. Este método fue pensado por Freud para pacientes neuróticos y con el ensanchamiento del campo de la clínica en el psicoanálisis contemporáneo se hizo necesario ampliarlo. Sabemos de la dificultad de muchos pacientes en poder llevarlo adelante en esos términos: borderlines, psicosis, psicopatosis son solo algunos de esos cuadros en que la cura tipo no es practicable.

En el contexto actual de la pandemia por COVID-19 nuestra práctica se ha visto sorprendida por algo completamente inesperado y que en pocos días nos ha obligado no solo a trabajar en forma remota sino a atender esta situación disruptiva que afecta por igual a paciente y analista. Es lo que Puget y Wender describieron en 1982 como "mundos superpuestos". Describían el obstáculo que representan al comprometer de alguna manera el narcisismo del analista. Hoy se trata de la amenaza de la enfermedad y eventualmente de la muerte, de la crisis económica, de la pérdida del trabajo con las consiguientes vivencias de desamparo. La incertidumbre domina el cuadro general y nuestra vida cotidiana.

La escucha analítica basada en la atención libremente flotante y la neutralidad es difícil en estas situaciones.

Si bien para autores como Owen Renik (2003) la neutralidad no es posible y si lo fuera no es aconsejable, cabe volver a pensar este requisito que junto con la abstinencia, siempre vigente, reglan nuestro quehacer.

5. Webinar FEPAL (9 de mayo 2020). *Infancias/adolescencias y el psicoanalista: recreando fronteras en los tiempos de pandemia.*

6. Webinar API (3 de abril 2020). *COVID-19: Procesamiento de la situación traumática y el aislamiento social.*

Para Canestri (1998), neutralidad pretende traducir el vocablo alemán freudiano "Indifferenz" a partir de su traducción inglesa por Strachey como "neutrality". Sin embargo, el vocablo alemán era en realidad algo cercano a la atención libremente flotante, una parte del método psicoanalítico, y por lo tanto la traducción resultó siendo inexacta.

Siendo así podemos preguntarnos si esa forma de escucha se ve perturbada en esta situación. Nuevamente, solo caben respuestas singulares. Vemos en algunos casos una fácil adaptación al nuevo dispositivo sosteniendo el método analítico, sobre todo en pacientes de estructura neurótica y con experiencia analítica. En otros la experiencia se hace más difícil. La realidad compartida es muy invasora por lo amenazante y muchas veces es difícil implementar la necesaria asimetría para la tarea analítica. Es nuestro desafío lograrlo.

A diferencia de Melanie Klein con Richard, paradigma de sostener el método analítico en situaciones tan disruptivas como fueron los bombardeos de Londres durante la Segunda Guerra Mundial, hoy trabajamos en general atendiendo un contexto intersubjetivo y la realidad exterior, y no tan centrados en interpretaciones, básicamente simbólicas, del mundo interno.

Tenemos una oportunidad, aunque no buscada, de poner a prueba nuestra clínica explorando en este nuevo contexto, evitando una actitud nostálgica de "curas tipo" o encuadres prefijados. También un exceso de empatía favorecido por el sufrimiento compartido tratando de sostener la necesaria asimetría que exige la tarea analítica. Se trata de un saber del analista que solo permite la experiencia y que podemos compartir, evitando reproducir lo sabido, lo conocido y buscando lo nuevo que podamos crear en este contexto.

Las frecuentes preocupaciones acerca del encuadre y la posibilidad de mantenerlo en esta situación que amenaza por sostenerse por varios meses exige reconsiderar la importancia que muchos le otorgan.

Soy de los que piensa que no hay un solo encuadre y que los encuadres deberíamos pensarlos en relación a los distintos modelos teóricos que hoy sustentan nuestra práctica y a las posibilidades del analista y del paciente. Se trata de un instrumento y la psicopatología no es ajena a la elección de su formato más adecuado.

El psicoanálisis contemporáneo no puede reducirse en su uso al terreno que Freud pensó y que hoy sabemos ampliamente extendido. Cabe preguntarse con Paulucci y Dujovne (2004) acerca del porqué de la misteriosa desaparición de las neurosis pero también incluir en los terrenos del psicoanálisis, las psicosis, los cuadros limítrofes o las psicopatosis.

Personalmente pienso que nuestra práctica se basa en el encuadre interno del analista, producto de su formación y su propia experiencia analítica por lo que no debería preocuparnos las necesarias variaciones, incluso de la neutralidad. Va

más allá de cualquier formalidad y especialmente de las formalidades institucionales. Nos permite la creatividad necesaria para cada paciente y cada momento.

Magda Khouri, Jorge Bruce y Claudio Eizirik⁷ vienen hablando en este contexto pandémico de un psicoanálisis posible. Yo me animaría a extender esa propuesta para todo nuestro quehacer evitando perspectivas nostálgicas de “curas tipo” aunque reservemos esta última para aquellos que puedan emprenderla: analistas y pacientes.

El análisis remoto que muchos analistas cuestionan y consideraban hasta ahora imposible, es hoy moneda corriente en casi todo el mundo.

Vivo en una ciudad donde tenemos una revista excelente “*Psicoanálisis en el hospital*” y donde la práctica psicoanalítica tiene infinidad de variedades y dispositivos, individuales, grupales, en salud pública y privada, en seguros médicos, en educación, en los medios, en las empresas, etc.

Se trata a mi entender de hacer posible la práctica del psicoanálisis a través de un psicoanálisis posible. Y de pensar la formación de nuevas generaciones en función de ello evitando la nostalgia de “la época de oro” o de la “cura tipo”.

Existen sin embargo algunos prejuicios entre nosotros y uno de ellos es identificar al psicoanálisis con “el encuadre” y caricaturizarlo siempre con un diván. Nuestra región es pionera en cuestionarlo. Optamos por no poner el diván en el logo del Congreso Fepal 2014 reemplazándolo por un mapa de Latinoamérica hecho con palabras a las que consideramos lo esencial de esta cura: “Talking cure”. Varios años después el congreso de Fepal de este año es sobre **Fronteras** lo que traduce nuestro interés actual por explorarlas evitando esos prejuicios.

Pienso que si algo define al psicoanálisis es ser uno de los reductos de la subjetividad, especialmente en momentos que como dijo Bernardo Tanis en un Webinar⁸, está eclipsada. Su práctica se basa en la convicción en la dinámica de lo inconsciente, incluyendo el análisis de la transferencia y contratransferencia, y lo que conocemos como método psicoanalítico: una forma particular de escucha en atención libremente flotante y pedir al paciente que asocie libremente cuando, como dijimos, esto es posible.

Circunstancias como las actuales muestran sin embargo que a veces el método no es accesible. Es algo que sabemos de antemano a partir de muchas situaciones clínicas que lo obstaculizan y debemos atender. Gabbard y Westen (2003) describieron ampliamente la riqueza de los mecanismos de la acción terapéutica del psicoanálisis ampliando su campo de acción más allá de las neurosis.

7. Webinar FEPAL (23 de mayo 2020), webinar FEPAL (25 de abril 2020) y webinar API (3 de abril 2020) respectivamente.

8. Webinar FEPAL (25 de abril 2020). *La escucha analítica en tiempos de aislamiento social*.

Volviendo entonces a los prejuicios, el primero es entonces el de la existencia de una práctica psicoanalítica ideal, incluyendo el diván. Supone un oro puro a diferencia del cobre de la psicoterapia.

En aras del futuro del psicoanálisis, pienso más bien en un continuo de aleaciones en diversas proporciones entre el oro puro y el cobre, pero a sabiendas, como decía Francisco Jordán Moore (2000), que el oro puro no sirve para ser trabajado. Está en los bancos y mucha gente muere de hambre.

Un segundo prejuicio es el que vemos frecuentemente ante el diálogo interdisciplinario y el trabajar en las interfases con otras disciplinas. El argumento esgrimido es el del riesgo de dilución del psicoanálisis.

Circunstancias como las actuales acentúan a mi entender la importancia de atender la hipercomplejidad en sus determinaciones. Un ejemplo que resulta paradigmático es el impacto en nuestras vidas del mundo digital y del necesario manejo de la tecnología que implica.

Julio Campos (2020) me escribía hace unos días que tenemos que atender tres amenazas: el virus, la restricción que supone la cuarentena y el arrasamiento por lo digital. Parafraseando a Ortega y Gasset, un aninformático o ignorante digital supone no entender las computadoras y sus circunstancias.

Son como decía Claudio Eizirik⁹ territorios no mapeados, desconocidos para la mayoría de nosotros pero muy accesibles a nuevas generaciones.

Pienso que la formación psicoanalítica debería incluir esta hipercomplejidad desde una perspectiva transdisciplinaria. Descreo de un debate “exclusivamente” intradisciplinaria ya que resulta difícil concebirlo por fuera de las circunstancias.

Solo a manera de ejemplos, explicar el cansancio que supone la práctica virtual sostenida requiere saber que especialistas en trabajo describen que tener las mentes juntas mientras los cuerpos registran que no lo estamos supone una disociación, una disonancia agotadora.

El silencio que es parte del ritmo natural en persona, en las videollamadas está perturbado por la ansiedad que genera la tecnología. La necesidad de actuar y ser performativo sostenidamente es estresante.

Es difícil procesar señales no verbales, no mirar la propia imagen y atender nuestro comportamiento en la pantalla por lo que se sugiere restringir el uso de la cámara o no ponerla en línea recta frente a nosotros.

Por su parte, Yoram Yovell¹⁰, en una reciente Video Conferencia desde la Universidad Hebrea de Jerusalem hablaba de la interfase entre la neurociencia y la

9. Webinar IPA (3 de abril 2020). *COVID-19: procesamiento de la situación traumática y aislamiento social.*

10. Webinar de la Universidad Hebrea de Jerusalem (1 de mayo 2020). *From Anxiety to Resilience.*

subjetividad humana frente a los miedos. De cómo el stress estimula la atención, pero si es exagerado produce visión túnel que solo nos permite en este caso ver corona virus. Frente a eso recomendaba conservar la perspectiva.

Sabemos lo difícil que resulta la atención libremente flotante y la asociación libre en estos contextos. Freud lo describió cuando pensaba difícil el análisis en pleno duelo.

Flavia Costa (2020) describió la época actual como el Tecnoceno, caracterizado por hipercomplejidad y un rapidísimo cambio tecnológico. Esto genera altísimo riesgo y dejaría huellas en nosotros y varias generaciones. Se suma a un crecimiento exagerado del Bios, con desapareja distribución de la riqueza.

En ese contexto se trata para ella de reducir riesgos de lo que Perrow (1999) llamó "accidentes normales o sistémicos", que son inevitables pero previsibles. Por eso debemos poder pensar estas cosas.

Son solo ejemplos de una necesaria inter-disciplina en nuestros debates.

Pienso que el psicoanálisis crecerá en sus límites, en sus fronteras, en las interfases con el resto de la cultura en la que lo practicamos y que circunstancias como estas ponen especialmente en debate los prejuicios acerca de salirnos de sus caricaturas y de la "cura tipo" abriéndonos a explorar terrenos no mapeados.

Para ir terminando este pensar corto, solo algunas reflexiones acerca de la necesidad de diferenciar pérdidas, duelos, y depresiones. Pienso que la pandemia nos lo exige.

Mientras quizá no podamos evitar pérdidas, humanas, materiales, debemos procurar favorecer el trabajo de duelo que en algunos casos incluye rituales que ayudan a instalarlo.

Sabemos de las dificultades que para ello genera el aislamiento, la imposibilidad de acompañar a los seres queridos en sus internaciones y eventualmente en el momento de su muerte. También a sus familiares y amigos compartidos.

Sin embargo no debemos confundir presencia física con presencia emocional, temas ampliamente debatidos en las últimas semanas. También en relación al psicoanálisis remoto.

Mientras que hasta aquí lo remoto se asociaba frecuentemente a distancia, hoy vemos que muchos pacientes lo sienten más cercano, inclusive entrando en su intimidad y en la de nosotros. Es solo algo de lo que descubrimos en estas pocas semanas de práctica remota exclusiva.

De esto se trata. De animarnos a aprovechar esta emergencia para descubrir lo nuevo, lo nunca transitado, evitando como dije actitudes nostálgicas que solo llevan a un imposible que es querer volver a lo anterior. Sabemos que es imposible bañarse dos veces en el mismo río.

Referencias bibliográficas

- Benyakar, Moty; Ramos, Eduardo; Taborda, Alejandra; Madeira, Celeste (2016). *Lo disruptivo y lo traumático. Vicisitudes de un abordaje clínico*. San Luis: Nueva Editorial Universitaria. Univ. Nacional de San Luis.
- Bruce, J. (2020). *La escucha analítica en tiempos de aislamiento social*. Webinar FEPAL. <https://www.youtube.com/watch?v=jOhwHOSI4uU>
- Cabré, L. M. (2020). *COVID-19: procesamiento de la situación traumática y aislamiento social*. Webinar IPA. <https://www.youtube.com/watch?v=iV0p7avJCBk&feature=share&app=desktop>
- Campos, J. (2020). Comunicación personal, mayo del 2020.
- Canestri, J. (1998). Un grito de fuego. En E. Spector, A. Hagelin and P. Fonagy. *En torno a Freud* (pp. 113). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Costa, F. (2020). *Coronavirus: un ensayo del Tecnoceno. La pandemia como accidente normal*. <http://revistaanfibia.com/ensayo/la-pandemia-accidente-normal/>
- Eizirik, C. (2020). *COVID-19: procesamiento de la situación traumática y aislamiento social*. Webinar IPA. <https://www.youtube.com/watch?v=iV0p7avJCBk&feature=share&app=desktop>
- Freire, C. (2016). *Inmunidad psíquica: una capacidad inherente al individuo que emerge de un sistema organizado para afrontar lo disruptivo*. Tesis de Doctorado en Psicología. Universidad del Salvador.
- Gabbard G. & Westen D. (2003). Repensando la acción terapéutica del psicoanálisis. *Aperturas Psicoanalíticas: Revista Internacional de Psicoanálisis*. 2007, 26.
- Horenstein, M. (2020). *Infancias/adolescencias y el psicoanalista: recreando fronteras en los tiempos de pandemia*. Webinar FEPAL <https://www.youtube.com/watch?v=CHax7vPMMbw>
- Jordán Moore, F. (2000). Comunicación personal, mayo del 2020.
- Kancyper, L. (2004). *El Complejo fraterno*. Buenos Aires: Ed. Lumen.
- Khoury, M. (2020). *Psicoanálisis en movimiento en tiempos de pandemia*. Webinar FEPAL. <https://www.youtube.com/watch?v=sQ4MtilcxwU>
- Paulucci O. & Dujovne I. (2004). *La misteriosa desaparición de las neurosis*. Buenos Aires: Letra Viva.
- Perrow, C. (1999). *Accidentes normales: viviendo con tecnologías de alto riesgo*. Nueva Jersey: Princeton.
- Puget, J & Wender, L. (1982). Analista y paciente en mundos superpuestos. *Psicoanálisis*, 4(3), 502-532.
- . (2007). Mundo superpuesto entre paciente y analista revisitado al cabo de los años. *Revista Asociación Escuela Argentina de Psicoterapia para Graduados*, 2005-2006, 30, 69-90.
- Renik, O. (2003). Los peligros de la neutralidad. Publicado *on line*. *Aperturas Psicoanalítica*. 2012, 10. <https://aperturas.org/articulo.php?articulo=188&a=Los-riesgos-%20de-la-neutralidad>

- Romano, E. (2020). *El concepto de vínculo fraterno de Luis Kancyper. Indiferencia*. Buenos Aires: Solidaridad. Ed. Glova.
- Tanis, B. (2020). *La escucha analítica en tiempos de aislamiento social*. Webinar FEPAL. <https://www.youtube.com/watch?v=jOhwHOSI4uU>
- Ungar, V. (2020). *La alteridad, los valores y el cuidado en los tiempos del COVID-19*. Webinar IPA. <https://youtu.be/ssQlyInSfo0>
- Yovell, Y. (2020). *From anxiety to Resilience*. Webinar Universidad Hebrea de Jerusalem. <https://youtu.be/9LwjPJSbn>

Resumen

La práctica psicoanalítica durante la cuarentena obligatoria por la pandemia, se ha convertido completamente en remota. Es el “psicoanálisis posible” que nos permite repensar nuestra práctica y reevaluar algunos conceptos tales como “lo disruptivo”, “mundos superpuestos”. También denuncia frecuentes prejuicios como identificar al psicoanálisis con el *setting* o el temor a su dilución debido a una interdisciplinariedad cada vez más necesaria.

Palabras clave: práctica psicoanalítica, encuadre, pandemia, lo disruptivo, mundos superpuestos, interdisciplina

Abstract

Psychoanalytic practice during the pandemic-mandated quarantine has become completely remote. It is the “possible psychoanalysis” but it allows us to rethink all our practice and revalue some theoretical concepts such as “the disruptive or superimposed worlds”. They also denounce frequent prejudices such as identifying psychoanalysis with the frame or the fear of dilution due to an increasingly necessary interdiscipline.

Key words: psychoanalytic practice, frame, pandemic, disruptive, over imposed worlds, interdiscipline