

## LA MENTE DEL ANALISTA: UNA HERRAMIENTA SOSTENIDA EN LA EXPERIENCIA EMOCIONAL.

Lic. Susana Merlo

Dra. Graciela de Luján García

*“Si hay una boca que busca un pecho como un potencial innato, podría decir que hay un equivalente psicológico, a saber: un estado de la mente que busca otro estado de la mente” (Brenman Pick 1985, p.157) (1).*

### INTRODUCCIÓN

El tema que nos convoca en este simposio: *“Herramientas y dispositivos del psicoanálisis”*, evocó en nosotras conceptos psicoanalíticos tales como: transferencia, contratransferencia, interpretación, intuición, señalamientos y otros. Revisándolos, descubrimos que la herramienta primordial del analista es su *mente*. Pero, como pensarla? Sabemos que en ella conviven además las teorías personales, la escuela psicoanalítica a la cual adhiere, y su visión del ser humano y del mundo.

En este trabajo nos proponemos pensar como estos elementos constitutivos de la mente analizante se interrelacionan en el encuentro con el paciente.

Tomaremos como guía de nuestras reflexiones desarrollos de autores que trabajaron y reconocieron la capacidad emocional del analista.

### DESCRIPTORES:

Mente- Herramientas- Experiencia emocional- Capacidad emocional del analista-

### QUE PENSARON LOS MAESTROS

En 1907 en el Epílogo del “Análisis fragmentario de una histeria”, Freud nos presenta un nuevo concepto, la transferencia. Se refiere a ella como un proceso en el que fantasías y mociones se hacen conscientes mientras el

análisis avanza. Nos aclara que lo que caracteriza a este fenómeno es que la persona del médico sustituye una persona anterior.

Cinco años después en “Sobre la dinámica de la Transferencia” explica que la transferencia es producida por dos tipos de mociones psíquicas, unas que avanzaron en su desarrollo y pueden hacerse conscientes y otras que no lograron seguir dicho camino. Estas últimas fueron apartadas de la conciencia, permaneciendo en el inconsciente o expresándose a través de la fantasía. También se refiere a la transferencia, reconociéndola como *“el arma más poderosa de la resistencia”*. A ésta la denomina transferencia negativa diferenciándola de la positiva, la cual es la portadora de sentimientos tiernos y amistosos que colaboran con el trabajo analítico.

En su artículo “Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico”, Freud pensó en lo que le sucede al analista frente a su paciente; reconoció la presencia del componente afectivo pero aconsejó que el analista debe *“dejarlo de lado porque crea para ambas partes las condiciones más ventajosas”*.

Melanie Klein le aportó al Psicoanálisis la noción de Mundo interno habitado por objetos buenos y malos, angustia, ansiedades, mecanismos de defensa, sentimientos de amor y odio suscitados por los instintos de vida y muerte. Las relaciones entre los objetos, para esta autora, también están desde el comienzo constituyendo el centro de la vida emocional. Como Freud, sostiene que cuando el análisis avanza en el inconsciente, el pasado se reactiva y *“su necesidad de transferir experiencias, relaciones de objeto y emociones primitivas se incrementa, y todo esto viene a focalizarse sobre el analista; esto implica que el paciente trata con los conflictos y las ansiedades que han sido reactivados utilizando los mismos mecanismos de defensa que en situaciones anteriores utilizó”*.

Esta concepción de la vida psíquica generó nuevos desarrollos que ampliaron las nociones de transferencia y contratransferencia. Se empezó a pensar en el mundo interno del analista, cómo resuena en él el vínculo con el paciente.

Uno de esos desarrollos es el de Betty Joseph, quien sostiene que *“el término transferencia incluye todo lo que el paciente aporta a la relación...es necesario centrarnos en lo que está ocurriendo dentro de la relación y observar de qué manera utiliza al analista a través de lo que expresa con sus palabras y más allá de ellas”*. Precisamente para llegar a lo no expresado en palabras, propone acercarse a este contenido a través de los sentimientos que se despiertan en el analista, a través de la contratransferencia.

Esta autora y Paula Heinmann coinciden en pensar a la contratransferencia como una herramienta esencial para el trabajo analítico. Paula Heinmann sostuvo que las emociones que se despertaban en el analista se acercaban más al nódulo del problema que su razonamiento, así priorizó la comprensión del inconsciente del paciente a través del inconsciente del analista. Destacó las interpretaciones en las que el analista incluye el trabajo con sus sentimientos porque *“en el momento en el que entiende a su paciente, entiende también a sus propios sentimientos, la perturbación emocional desaparece y puede verbalizar el proceso crucial del paciente en una forma que éste puede entender.”*

En su artículo “El ejercicio del psicoanálisis en la transferencia” D.Meltzer presenta algunas de las ideas W. Bion. Para referirse a la relación entre el paciente y su analista, toma su teoría del pensamiento y la noción de los objetos psicoanalíticos: qué objeto observa el analista y a qué parte del analista se dirige el paciente con la transferencia, estos dos objetos serán los que conformen el proceso psicoanalítico. Al reflexionar acerca de cómo se crea el significado en el mundo interno, Bion establece que éste se elabora a partir de las experiencias que surgen en las vivencias emocionales. Así, la capacidad de pensar nace en la emoción. También se ocupó de la función contraria, el no pensar cuando es necesario oponerse al contacto emocional.

Con este marco teórico como referencia, Meltzer propone *“estudiar los procesos de transferencia y contratransferencia cuyo núcleo es la emocionalidad en las relaciones entre dos personas”*. En esta línea, nuestro trabajo se vuelve más desafiante, ya que para construir la transferencia es

necesario estar en contacto con nuestra contratransferencia. Parece entonces que lo intelectual cede el paso para ir detrás y ordenar la intuición. Para llevar adelante el trabajo psicoanalítico en estas condiciones, se requiere experimentar la capacidad negativa. Bion toma de Keats este concepto que se refiere a tolerar dudas, no contar con la seguridad de que lo que se expresa surge de la evidencia, o si es valioso, o si proviene de la patología del analista.

## PENSADORES ACTUALES

Nuestra búsqueda también llegó a quienes tomaron estos pensamientos y los enriquecieron con sus lecturas y experiencias. Elizabeth Bianchedi se refirió a la intuición en su artículo “Cambio psíquico, el devenir de una indagación” (1990).

Para esta aurora, *“la experiencia de la sesión puede pensarse como la presentación de un material con una cualidad oniroide (parecida a un sueño), esto entendido como, no solamente escuchar el material del paciente como si fuera el relato de un sueño, sino y sobre todo, como una aproximación descriptiva de la forma en que repentina y fugaz, al modo en que aparece un sueño en la conciencia, proveniente de un aspecto evolucionado de la realidad psíquica vincular”*. Agrega que las interpretaciones nacidas de esta actitud tendrán más fuerza y vitalidad (para ambos miembros de la pareja analítica) porque derivarán de una experiencia emocional entre dos individuos únicos, permitiendo así el descubrimiento y la formulación de algo no conocido previamente por *ninguno de los dos*.

Psicoanalistas italianos participaron en el libro “Soñar el análisis” apoyados en el pensamiento de W. Bion. El hilo conductor de los textos compilados parece ser el análisis de los componentes de la relación paciente – analista. Uno de ellos, Maurizio Collová habla de un psicoanálisis sostenible, y utiliza este adjetivo para pensar el psicoanálisis como una actitud compleja, que implica un constante monitoreo (por parte del psicoanalista) del vínculo que existe entre *verdad, dolor mental y capacidad de contenerlo*, para el paciente, para el psicoanalista y para la pareja en trabajo que ellos forman. Nos dice que la

mente del analista debe ser un contenedor lo suficientemente elástico para alojar una gama de emociones que le permitan responder a las distintas exigencias del paciente a lo largo de la sesión. Entendemos que así podrá estar en contacto con la capacidad del paciente de tolerar el dolor psíquico que implica la demanda de un análisis y cuando, al vislumbrarse un cambio, el sistema defensivo es cuestionado.

Desde otra vertiente teórica, Fonagy introduce el término mentalizar (2007). Para elaborar dicho concepto se apoyó en La teoría del apego creada por John Bowlby. Este autor enfatiza ciertas nociones teóricas respecto de los vínculos tempranos entre el bebé y sus cuidadores. Entre ellas, sostiene que el bebé nace con una predisposición a vincularse con quienes se ocupan de él y organizará su comportamiento y pensamiento a fin de mantener sus relaciones de apego, aún arriesgando su buen funcionamiento. Volviendo a Fonagy, mentalizar es la capacidad de significar la experiencia de uno mismo y de los otros en términos de estados subjetivos y procesos mentales. Esta capacidad se ha descrito como uno de los mayores logros del desarrollo, y se propone que alcanzarla es facilitado por relaciones de apego seguro. Así, el entendimiento de sí mismo o de los otros, en términos de pensamientos, sentimientos y deseos, depende de haber sido adecuadamente comprendido por los propios cuidadores (Fonagy, 2007, 2008). En este contexto, la mentalización no es sólo un proceso cognitivo, sino un proceso en el cual la regulación afectiva tiene un rol fundamental, siendo ésta un prelude de la mentalización. Fonagy nos dice que cuando la mentalización ocurre, la regulación afectiva se transforma en afectividad mentalizada, que le da al sujeto la posibilidad de descubrir los significados subjetivos de los propios estados afectivos.

Una vez que la mentalización ocurre, se transforma la naturaleza de la regulación afectiva, surgiendo la llamada *afectividad mentalizada* que consiste en una capacidad madura de regulación afectiva que permite descubrir los significados subjetivos de los propios estados afectivos.

## COMO CUIDAR LA MENTE DEL ANALISTA

El título de este trabajo guió la elección de los autores citados que distinguen el trabajo de análisis enriquecido por la elaboración de la experiencia emocional de la pareja analítica.

Howard Levine describe claramente la tarea del analista: *“puede ser en menor grado la de analizar defensas o destapar sentidos ocultos o disfrazados y en mayor medida la de **prestar la psiquis propia al trabajo de facilitar el desarrollo de pensamientos, emociones y estados mentales en el paciente para elaborar estos elementos**”* (la negrita es nuestra) y, citando a Green agrega “trabajar con el paciente en una operación doble: darle un continente a su contenido y un contenido a su continente”.

Creemos que para acercarnos a un paciente desde esta propuesta, no basta con ubicarnos en una “biblioteca” de conocimientos adquiridos a lo largo de nuestra práctica y formación. Así, probablemente se vea opacada la creación de nuevos pensamientos, entonces es necesario que a través del registro de lo que sucede entre ambos, el analista reúna en su mente elementos que puedan ser pensados y luego, comunicados. Esto implica el trabajo conjunto de dos mentes que tendrá beneficios especiales para el paciente: las experiencias emocionales pueden ser pensadas, lo que le sucede es posible de ser pensado. En este intercambio, el analista le ofrece su función pensante para que pueda identificarse con ella.

Estas reflexiones nos acercan a las ideas de descubrimiento, de unicidad presentes en cada experiencia analítica, pero también le imprimen un grado de dificultad. Nos preguntamos cómo contrarrestar la incertidumbre que acompaña esta forma pensar nuestra tarea, cómo trabajar para que la experiencia emocional en lugar de crear pensamientos los obture.

John Steiner en “Refugios psíquicos” valora la contratransferencia como fuente de información acerca del estado mental del paciente y propone observar sus propias reacciones para comprender lo que se está proyectando sobre el analista. También alerta acerca de la necesidad de acudir a otros cuando se

trata de usar la contratransferencia en la práctica analítica. Sostiene que la introspección que hace el analista se dificulta debido a los componentes inconscientes de las reacciones contratransferenciales, volviéndose así *“poco digna de confianza si no tenemos una corroboración adicional a ella”*.

Volviendo a los maestros, D. Meltzer nos dice que es posible trabajar con este marco de referencia: *“La capacidad del analista de soportar esta responsabilidad está basada en su capacidad de transmitirla a sus objetos internos y confiar en que ellos sean capaces de sobrellevar esta responsabilidad...La confianza en la realidad psíquica, la creencia en su realidad coloca el trabajo psicoanalítico directamente en relación con el trabajo artístico.”* Estas palabras marcan el rumbo para trabajar por un proceso analítico distinto, en el que sea posible ofrecerle al paciente la posibilidad de elaborar en el vínculo con su analista en lugar de repetir, y de comprender en lugar de actuar. En “El método psicoanalítico” este autor menciona cuáles son los baluartes que defienden al analista de los riesgos de su trabajo: el análisis didáctico, el método analítico y el intercambio con otros analistas en seminarios, supervisiones y reuniones científicas.

### VIÑETA CLINICA

Elegimos un extracto de la sesión de un niño de cinco años que presenta un detenimiento en su desarrollo. Su lenguaje se vio especialmente afectado cuando a los dos años nació su hermana y su mamá debió ser internada en distintas oportunidades antes y después del parto. Sus padres observaban que su desarrollo era distinto al de sus hermanas pero no consultaron hasta que a los cuatro años lo sugiriera la maestra del Jardín de Infantes. Esta fue la primera sesión luego de que su familia se mudara a una vivienda contigua a la de los abuelos paternos.

Agustín vacía cuatro cajas con mazos de cartas con el brazo levantado y se ríe fuertemente cuando hacen ruido al caer. Luego busca autos que abandona y le pide a la analista que escriba nombres de frutas en el pizarrón. Es muy demandante y ella se siente apurada, después invierte y la analista tiene que

decirle el nombre de frutas que le muestra para escribirlas a su manera. El ritmo es muy rápido: borra, pregunta letras, le grita a la analista que está mal lo que le dice. Quiere escribir: *"jueves 14 de mayo y dos meses de años que el abuelo me dijo las otras de los números y la otra, ¡a escribir! Tené el pollo (de juguete)...no entiendo la NAN"* Se enoja porque la analista le responde que no sabe qué quiere que haga. Ella decide intervenir interrumpiendo este ritmo y clima de sesión que contratransferencialmente la lleva a recordar la tiranía descrita por Tustin de los niños autistas y alivia su molestia al sentirse mandoneada por Agustín. Cuando se repone, puede decirle *"me parece que estás apurado por aprender todo lo que la señora del jardín está enseñando, pero que después de la mudanza, se te mezcla lo que dice el abuelo con los números, las letras, por eso tal vez me estás pidiendo que te muestre cómo se escriben las cosas"*. Agustín se levanta y cierra los cajones que había dejado abiertos buscando los autos, entonces la analista interviene diciendo que está tratando que no se le mezclen las ideas, toma un marcador y escribe mientras dice los nombres de las letras y él más tranquilo pregunta por las que no sabe. Luego la analista vuelve a intervenir diciéndole que para aprender a escribir necesita que lo ayude a organizarse, así como él se marca el renglón en el pizarrón para hacer las letras. Agustín responde: *"Quiero entender"*. La analista se olvida la letra que le mencionara e interviene diciendo que tal vez no entiende porque siente que las letras se le caen de su cabeza como las cartas al comienzo de la sesión; "se caen" agrega Agustín.

Cuando Agustín dice que quiere entender, su analista lo entiende como un pedido de ayuda dado el estado confuso de su mente. Como las cartas se caen de las cajas, las letras se le caen por la falta de espacio interno, no hay un continente que las albergue. Para Agustín, la mente de su analista es una prolongación de la suya que tiene que llevar a cabo lo que él pensó.

Queremos terminar con la siguiente cita de Meltzer quien describe la experiencia analítica como *"una atmósfera de aventuras en la que se desarrolla cierta camaradería entre la parte adulta de la personalidad del paciente y la del analista como hombre de ciencia creador"*.



## RESUMEN

El tema que nos convoca en este simposio: “*Herramientas y dispositivos del psicoanálisis*”, evocó en nosotras conceptos psicoanalíticos tales como: transferencia, contratransferencia, interpretación, intuición, teorías implícitas entre otros. Revisándolos, descubrimos que la herramienta primordial del analista es su *mente*. Se nos planteó el problema de cómo pensar la mente. Sabemos que en ella conviven además las teorías personales del analista, la escuela psicoanalítica a la cual adhiere, y su visión del ser humano y del mundo.

En este trabajo nos proponemos pensar como estos elementos constitutivos de la mente analizante se interrelacionan en el encuentro con el paciente, tomando como guía de nuestras reflexiones desarrollos de autores que trabajaron y reconocieron la capacidad emocional del analista.

## BIBLIOGRAFIA

(1)Cita del encabezado de Breman Pick en Hinshelwood,R.2013 “Controversias sobre contratransferencia e intersubjetividad”. Conferencia APdeBA, junio de 2013

Bowlby, J .(1969), *Attachment and loss. I Attachment*. London: Hogarth Press.

Collová, M. “Por un psicoanálisis sostenible” en Soñar el análisis, Edit Lumen, Bs.As, 2010.

Fonagy, P, Gergely, G, Target, M (2007) The parent–infant dyad and the construction of the subjective self. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 48:3/, pp 288–328

Fonagy, P, Target, M (2008) Attachment, Trauma and Psychoanalysis, en Jurist, EL, Slade, A & Bergner S (eds) Mind to Mind. Infant Research, Neuroscience and Psychoanalysis.

Freud, S 1905.”Análisis fragmentaria de una histeria.Epílogo”, en AE, TVII

Freud, S. 1912. “Sobre la dinámica de la transferencia”, en AE,T XII.

Heimann, P. 1950. “Acerca de la contratransferencia”. Ficha de A.P.deB.A.

Joseph, B. -“La transferencia como situación total”, en *Equilibrio psíquico y cambio psíquico*, Julián Yebenes, cap. XI

- “Del acting- out a la Actuación”. Ficha de APdeBA

Klein,M. 1961-1962. “Los orígenes de la transferencia”. En *Envidia y gratitud y otros trabajos*, T III de las O:C: de M.Klein, Paidós 1991

Levine, H. “Creando Analistas, Creando Pacientes de Análisis”, Resumen

Meltzer, D. 1968, "EL psicoanálisis como actividad humana" en *El Proceso Psicoanalítico* Cap 9.

Meltzer, D. -1991, "EL ejercicio del psicoanálisis en la transferencia".

Conferencia 04/04/1991, Rev. De Psicoanálisis, T XIV, N°2

- 1974 "Sexualidad infantil polimorfa" en *Estados sexuales de la mente*, Bs,As, Spatia editorial, 2011, Cap XII

- 1976, "Temperatura y distancia de la interpretación", en *Sinceridad y otros trabajos*. Bs.As. Ed. Spatia 1997.

Steiner, J. "Problemas de técnica psicoanalítica: Interpretaciones centradas en el analista y en el paciente" en *Refugios psíquicos*, Biblioteca Nueva, 1997.