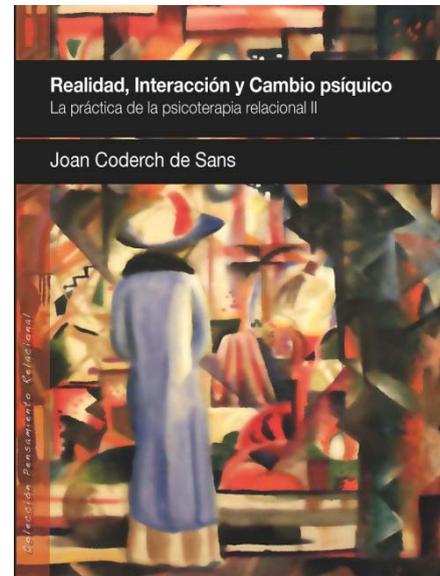


Realidad, Interacción y Cambio psíquico. La práctica de la psicoterapia relacional II

Joan Coderch
Madrid: Ágora Relacional,
Colección Pensamiento Relacional nº 5.

Original de 2012



Reseña de Edelmira Fernández Cruz

*"Caminante, no hay camino,
sino estelas en la mar" (A. Machado)*

Estos versos de nuestro querido y universal poeta Antonio Machado, recordados por el Dr Coderch en la introducción de su libro, representarían para mí, una auténtica declaración de principios. Una peculiar manera de moverse; estaría mostrándonos su espíritu inquieto, ágil e investigador que le lleva a un transitar constante por diferentes estelas o caminos.

Pero quizás todas estas estelas, aunque distintas, tendrían un denominador común que además, le da originalidad a su obra: su lucha permanente y constante para que el Psicoanálisis no se desvitalice, para lo cual es fundamental sacarlo del ostracismo al que puede, que incluso de manera involuntaria, se le ha sometido en pro de un mal entendido elitismo y ponerlo a interactuar con otras disciplinas.

Coderch, nos muestra con gran tristeza cómo el abandono de la teoría traumática o de seducción por parte de Freud, deja sumido al Psicoanálisis en un mundo puramente intrapsíquico, aislado de todas las ciencias y disciplinas, mundo donde las fantasías intrapsíquicas endógenas son el único sustrato válido y básico y cualquier manifestación del paciente no son más que meras expresiones de las mismas.

Aludiendo a la famosa frase de un sueño de Freud "Se ruega cerrar los ojos", Coderch nos diría..."Por favor, abrid los ojos". Y para ello va mostrándonos a lo largo de la obra cómo el aislamiento en el mundo intrapsíquico ha dejado al Psicoanálisis desconectado de la realidad social, cultural y científica del mundo que le rodea.

Hace un recorrido por la obra de autores que desde Ferenczi, pasando por Fairbairn, Winnicott, Balint, Kohut han recuperado el concepto de trauma y por tanto la realidad externa, como algo que nada tiene que ver con la teoría traumática inicial y dándole un sentido mucho más amplio al concepto de trauma refiriéndose tanto a "traumas y microtraumas que ya sean por desamor, negligencia en los cuidados, enfermedades de los padres etc... son ocasionados al niño". La obra de Ferenczi, cuyo título... "Confusión de lenguas entre los adultos y el niño", no puede ser más sugerente, da clara muestra de ello.

Gracias a la sensibilidad y valentía de estos autores entraríamos en una era distinta que podría muy bien ser resumida con esta frase "De las pulsiones a los afectos".

El abandono de la teoría traumática por parte de Freud, dio lugar, nos comenta el autor, a una concepción cartesiana de la mente como sistema aislado y cerrado que evoluciona y enferma debido a pulsiones y fantasías endógenas sin relación alguna a circunstancias externas, lo cual dejaría al Psicoanálisis dividido en dos grandes bloques; el primero que se sustenta en la teoría de las dos pulsiones libidinales y auto/heterodestructivas y el conflicto pulsión/defensa y sus manifestaciones externas, representado por lo que se conoce como Psicoanálisis Clásico o Corriente Principal.

El segundo bloque quedaría representado por el Psicoanálisis Relacional que considera al ser humano constituido biológicamente social y la mente como el resultado de la interacción del bebé con el medio que le rodea, fundamentalmente la madre. La motivación principal es la búsqueda y el contacto con otros seres humanos.

No es casual, por otra parte, nos dice el autor, que el gran auge del Psicoanálisis Relacional, coincida con una serie de descubrimientos nuevos en el campo de la Neurociencia cognitiva, de la Lingüística, de la observación niños-bebés y el estudio de la relación niños/padres.

Frente a la mente cartesiana va centrando su interés en una serie de autores pertenecientes al campo de la Intersubjetividad.... "Metateoría que examina al campo intersubjetivo como un campo creado por dos subjetividades diferentemente organizadas."

Las ideas de Orange y otros autores van siendo desgranadas por Coderch y reproduzco aquí una frase de la misma porque me parecen de una gran clarividencia y belleza.

"La comprensión, dice Orange, no emerge de la inmersión en la mente del otro sino de la conversación entre aquellos que buscan comprensión mientras examinan los propios prejuicios y dan la bienvenida a puntos de vista alternativos. No estamos nunca en la mente del otro ni estamos nunca fuera de la conversación. La conversación, como Gadamer nos ha remarcado, no es algo que nosotros hemos escogido sino más bien parece que ella nos ha escogido a nosotros y nos desafía para cambiarnos. "

Del mismo modo, frente a las fantasías freudianas endógenas, se oponen todos los conocimientos científicos y de forma contundente y clara la Teoría general de sistemas, que considera al ser humano un sistema abierto o inestable que precisa para sobrevivir un feedback continuo con el entorno.

Según los autores de la teoría de la Intersubjetividad, el inconsciente prerreflexivo, presimbólico o subverbal aparecería en primer lugar como resultado de las experiencias emocionales buenas o malas que vive el niño en relación con su entorno constituyendo los principios organizadores con gran poder autoconfirmativo, en ausencia de experiencias diferentes con la fuerza suficiente para modificarlos.

A medida que el niño va madurando y se van desarrollando sus capacidades simbólicas y verbales, si éstas son validadas, las va integrando en su mundo consciente (la conciencia equivaldría a lo simbólico y el inconsciente a lo no simbólico)

Si las respuestas no son adecuadas y no se produce la validación, nos encontraríamos con el inconsciente dinámico o reprimido, equivalente al freudiano y originando el conflicto intrapsíquico.

Cuando no se produce respuesta alguna estaríamos ante el inconsciente invalidado.

Es decir, las fantasías inconscientes adquieren una dimensión diferente desde la perspectiva intersubjetivista y se mostrarían en el plano sensoriomotor mediante la expresión en imágenes o en enactments (excitación, orgullo, deseos de grandiosidad), introjectos. Son extraordinarias estas aportaciones de Stolorow y Atwood.

Los conocimientos de la Neurociencia con las aportaciones de la mente corporeizada, la integración mente-organismo y las metáforas primarias, no vendrían más que a sedimentar lo difícil e infructuoso que supone mantener a ultranza el cartesianismo al que antes me he referido.

Las metáforas primarias, basadas en experiencias corporales sensoriomotoras serían la representación más primitiva de la conexión mente-cuerpo.

Con la introducción del Psicoanálisis Relacional, recuperamos la realidad. . . pero. . . ¿Cuál es la realidad a la que nos referimos?. . . ¿Es esta realidad equiparable de alguna manera a la realidad de los tiempos de Freud?. . . Rotundamente, no. Ni desde el punto de vista científico, ni cultural ni social, se parecen lo más mínimo.

Coderch nos recuerda que no sólo nos encontramos ante una realidad diferente sino que también la forma de percibirla es distinta. Si siguiéramos pensando así, estaríamos anclados en la física newtoniana. La física cuántica y las ciencias de la complejidad nos colocan frente a otra forma de ver la realidad y dado que todo proceso mental debe verse en su contexto, la realidad material sería ese vasto contexto al que nos estamos refiriendo.

Desde la física cuántica, uno de los postulados que más interesante puede resultar para el mundo psicoanalítico es la idea de la indivisible unidad del universo. Todos los elementos son independientes y a la vez están interrelacionados entre sí, es decir, la realidad es mucho más compleja de lo que pudiera parecer desde la ciencia positivista, dándose un predominio de los sistemas no lineales con la aparición de incontables variables que emergen constantemente dando lugar a las ciencias de la complejidad.

El Psicoanálisis debe romper su aislamiento e integrarse en las directrices que van marcando la ciencia tanto la teoría general de sistemas como otras ciencias cercanas, como son la Neurociencia, la ciencia cognitivista, la filosofía del lenguaje, la

antropología, sociología, culturología y filosofía

Las ideas de Loewald, visionario con respecto a las aportaciones de la física cuántica en relación a la indivisible unidad del universo, nos muestran que todos los elementos psíquicos que ahora conocemos estaban en un principio totalmente concentrados: self y otros, realidad y fantasía, pasado y presente, con dos fuerzas continuas y constantemente funcionando, una fuerza centrífuga que tiende a diferenciar y a expandirse y una fuerza centrípeta que tiende a la densidad primaria.

De ahí que considere él que los conceptos de dos formas de funcionamiento psíquico, proceso primario y secundario, serían los más fundamentales en la teoría psicoanalítica y los dos polos en los que se mueve la mentalización. El proceso psíquico primario se correspondería a la representación cosa y el proceso psíquico secundario a la representación palabra. No siendo nunca, y esto me parece sublime, la representación palabra para él, un estado de organización más elevado que la organización cosa sino que es el vínculo entre una y otra lo que hace la organización más elevada. La represión desde este punto de vista sería la relajación de la vinculación entre uno y otro.

Señala Coderch, que la importancia del lenguaje para Loewald no reside en la división preverbal, verbal sino en el lenguaje que corresponde a la densidad original donde lo que realmente era importante no era el contenido semántico de las palabras sino las palabras en tanto que sonidos cargados de emotividad que pertenece a ese momento en el que no existe el tuyo/mío, dentro/fuera distinto del lenguaje semántico, más tardío y que establece una diferenciación entre el que habla y el que escucha. Las palabras como sonidos, nos dice Coderch, sumergen al niño en su baño con agua tibia que tanto le gusta sin que medie separación entre él/ella y la madre. Esta forma de unión no desaparece nunca del todo ni aún con la aparición del lenguaje. De ahí la gran importancia de la prosodia. Coderch suscribe totalmente las ideas de Loewald en tanto que el gran descubrimiento de Freud no fue el inconsciente reprimido sino el hecho de que existen en la mente dos formas de funcionamiento psíquico. Pero el proceso psíquico primario, al contrario de lo que pensó Freud, no es una forma primitiva y rudimentaria de pensar y de sentir que desaparece con la aparición del proceso secundario sino que sigue existiendo durante toda nuestra vida, evolucionando y haciéndose más complejo con la experiencia pero pertenece al sector inconsciente de nuestra mente, no por represión sino porque como sabemos actualmente es una de las expresiones del inconsciente de procedimiento.

El pensamiento humano maduro sano sería una combinación de los dos procesos. El predominio del proceso psíquico primario conduce a déficit de diferenciación entre el fuera/dentro, realidad/fantasía, pasado/presente. El predominio excesivo del proceso psíquico secundario es el propio del mundo en el que vivimos donde el pensamiento es utilizado para el dominio y la destrucción de la naturaleza mostrando un exceso de tecnicismo y racionalización. El proceso psíquico terciario sería una combinación de los dos y sin él no existiría la creatividad científica que precisa de la imaginación y la fantasía, expresión de sentimientos, ensueños e inspiración. No existiría la poesía.

En la manera como percibimos la realidad son fundamentales los descubrimientos sobre los distintos tipos de memoria implícita o de procedimiento y explícita o declarativa.

Vivimos en un implícito y explícitamente contínuum. Este vivir implícitamente que aparentemente nos facilita la vida sin embargo nos deja muy poco margen de maniobrabilidad, atándonos de pies y manos; hay un continuo ir y venir de lo implícito a lo explícito y viceversa.

También en el universo existe un orden implícito y un orden explícito con un holomovimiento constante. Este ir y venir constante entre lo implícito y lo explícito es totalmente superponible a la relación analítica.

Pero el Psicoanálisis precisa seguir dialogando con otras ciencias y entre ellas cómo no, con la ciencia más genuinamente humana: la antropología cultural o culturología como la denominan algunos autores y muy particularmente, Coderch se siente profundamente interesado por la antropología filosófica de Duch.

Ya hemos visto que ni la realidad material es la misma que existía en la época de Freud, ni los pacientes son los mismos porque el contexto cultural ha experimentado grandes transformaciones. Es imposible que no desviemos nuestra mirada hacia la cultura porque toda cultura es un conjunto de símbolos que se muestran en las formas en que se comportan los seres humanos, en sus relaciones sociales, familiares, arte, religión etc. . .

L. Duch nos dice que los símbolos son formas extrínsecas de información social que sirven para articular la convivencia humana. Recojo estas palabras literales de Duch porque me parecen, aparte de hermosas, muy reveladoras:

"El símbolo es una manifestación de la necesidad de los seres humanos de hallar aquello que falta, aquello que no está, porque el símbolo representa una cosa que no se encuentra presente inmediatamente, como algo plenamente alcanzado. El símbolo media entre el hombre y aquello que anhela pero que nunca puede lograr del todo, y por esto, el hombre debe representarse aquello que falta. El símbolo se refiere a una ausencia".

Deseo de desear. Quebranto y tristeza de nuestros pacientes. Necesidad de recuperar esa densidad primaria, ese espacio yo-nosotros perdido que alguna vez existió y que nunca desapareció del todo porque el yo, nuestro yo, es siempre un yo social. Esto es lo que piden y buscan desesperadamente nuestros pacientes. Lo simbólico adquiere pues , una dimensión distinta y mucho más rica que la empleada en el mundo psicoanalítico, es decir del símbolo como expresión de un conflicto intrapsíquico, pasamos al símbolo como expresión de experiencias subjetivas y la cultura no deja de ser un UNIVERSO SIMBOLICO. . . . ¿Cómo podríamos prescindir del contexto cultural en la relación terapéutica?. . . . No es posible.

El Psicoanálisis Relacional sería el Psicoanálisis necesario para la cultura postmoderna en la que estamos inmersos.

El método analítico se lleva a cabo través de una INTERACCION que tiene muy presente que el ser humano es un ser vivo que se comporta como un sistema abierto complejo, como ya he mencionado, en constante interacción con el medio que le rodea, en este caso analista, con una actividad constante y autónoma, en contraposición con orientaciones conductistas.

Pacientes y analistas, puesto que son sistemas abiertos son imprevisibles y la diada de la

que forman parte, también lo es. La creatividad que emerge nunca es el resultado de la suma de sus componentes. Esto hace sumamente interesante y complejo todo proceso psicoanalítico.

La interacción es indispensable para el cambio psíquico y tenemos que tener muy presente que mientras que en el Psicoanálisis clásico palabras y actos, pensamientos y actuaciones eran absolutamente incompatibles, en el Psicoanálisis Relacional, las palabras son consideradas actos de habla gracias a la influencia de la lingüística, filosofía del lenguaje y la cultura en general. Las propias palabras de Freud "donde estaba el ello ha de estar el yo", nos deja entrever que incluso para el propio Freud, no bastaban las interpretaciones para el crecimiento mental del paciente. Algo ha debido ocurrir para que el yo sea deficitario y para suplir esos déficit hacen falta algo más que interpretaciones parece que estuviera intuyendo el mismísimo Freud. Paciente y terapeuta con sus gestos, miradas, silencios; piensan, sienten. . . Están interactuando continua e ininterrumpidamente.

Nos muestra Coderch que existe una motivación primaria e innata desde los primeros meses de la vida a buscar la proximidad de la madre así como la ansiedad que se instala cuando ella no está. Las aportaciones de la teoría del apego en este sentido son imprescindibles y constituyen uno de los pilares básicos del Psicoanálisis Relacional. Esta motivación básica o apego y las distintas respuestas al niño por parte de sus cuidadores, va generando en ellos modelos representacionales dependiendo del tipo de respuesta obtenida: disponible, receptiva, cuidadosa, cariñosa o desafortunadamente todo lo contrario.

Son muchísimos los autores que tienen presente que en el proceso psicoanalítico existe mucho más que la simple comunicación verbal. La interacción entre paciente y analista es muy tenida en cuenta por un amplio espectro de profesionales tanto desde la vertiente más clásica hasta los relacionistas, pasando por los autores de la Intersubjetividad.

Como dice Mitchell, nos recuerda Coderch, para entender al paciente, el analista tiene que implicarse profunda y emocionalmente con él. Esa es la verdadera neutralidad. Todos los estudios realizados sobre la interacción niños-padres, nos muestran que el apego y la vinculación afectiva son absolutamente imprescindibles tanto para la salud mental como física del niño. Interacción que se produce desde el comienzo en el seno materno con la madre y el medio que le rodea y después del nacimiento esa interacción continua entre su propia constitución genética hereditaria con el medio social, cultural y lingüístico que irá configurando su comportamiento mental y físicamente.

Todo esto es totalmente superponible a la interacción paciente-analista. Interacción continua que se produce en dos niveles, implícito y explícito y teniendo siempre presente que lo realmente importante es la búsqueda del otro.

En la diada analítica, la interacción implícita se produce en lo que el grupo de Boston denomina el nivel microlocal. Pequeños cambios en el tono de voz, parpadeos, sonrisas. . . El micronivel local es aquel en el que el conocimiento Relacional implícito va desarrollándose durante toda la vida desde el momento del nacimiento, dando lugar al inconsciente de procedimiento. Este nivel de interacción se correspondería con el

sustrato más profundo de la vida psíquica y es aquí donde se produce el cambio psíquico. Tenemos que estar muy atentos a descubrir el mensaje implícito del otro más allá del contenido puramente semántico y tratar por todos los medios a nuestro alcance que les llegue el nuestro. Para ello es fundamental una actitud de continuo tanteo, con errores y aciertos constantes. Ese esfuerzo por captar la comunicación implícita del otro y esa borrosidad de las intenciones tiene una importancia fundamental porque obliga al desarrollo de la imaginación, exploración y justo ahí es donde emergen nuevas formas de organización de la diada. Se produce un proceso creativo con una modificación de ambas subjetividades o Cambio en el conocimiento Relacional implícito compartido.

El objetivo de esta interacción es el cambio psíquico. . . y . . . "Al cambio psíquico se accede por la relación" . No hay mejor forma de expresarlo. Coderch nos muestra un excelente trabajo de Ávila Espada , cuyo resultado queda condensado en la frase anterior.

Para que ello se produzca nos dice Avila Espada, son fundamentales dos premisas: ESPECIFICIDAD Y RESPONSABILIDAD ÓPTIMA. Con la primera buscaríamos lo que es único y diferente de cada diada y con la segunda trataríamos de dar al paciente la respuesta que necesita en cada momento , proporcionándole la satisfacción de esas necesidades como un objeto-sí mismo. Esta Responsividad óptima incrementa la seguridad y autoestima del paciente, haciendo que el vinculo terapéutico ejerza una función de self-object revitalizando el self del paciente. Creo que sobra decir que esto no se produce en el intercambio semántico sino en el llamado por el grupo de Boston, nivel local.

La esencia del cambio psíquico se sustenta en estas dos premisas. Queda claro que el Psicoanálisis Relacional, más que un método, es una ACTITUD.

Reproduzco unas palabras del trabajo antes mencionado porque me parecen de una gran belleza "*Neutralidad y abstinencia ya no son nuestros faros*"

Pero y. . . ¿Cuáles serían entonces nuestros nuevos faros?. Unas líneas más abajo, el autor nos contesta:

"Lo inconsciente que opera en distintos niveles; el vinculo que consideramos la estructura fundamental de la Intersubjetividad; la relación implícita compartida; la sintonía afectiva y el encuentro, prelude de la integración de nuevos significados, y nuestra aportación al proceso terapéutico, definido como RESPONSABILIDAD OPTIMA donde puede emerger el único sujeto posible, el social"

Estoy convencida que este conocimiento Relacional implícito compartido está en la base de cualquier terapia que haya llegado a buen término, sea de la orientación que sea, y aún a pesar de esa orientación.

Pero sin lugar a dudas donde Coderch muestra una valentía admirable es cuando, sin ningún ningún tipo de complejos y aún arriesgándose a ser tachado de moralista y antianalítico, nos dice que los terapeutas relacionales deben tener objetivos más elevados, refiriéndose sobre todo a los profesionales de la salud mental. El piensa y no le tiembla la voz al decirlo, que en una sociedad tan enferma como la nuestra, el Psicoanálisis debe pasar de ser un tratamiento individual a una terapéutica social. Cree que se debe ayudar al paciente a que desarrolle al máximo su esencia humana, aquellos

principios y valores que son consustanciales al ser humano. No se trata de adoctrinar al paciente, nos dice Coderch, sino que al ayudarlo a desarrollar su esencia, estaríamos propiciando la recuperación de sus valores más genuinos: honestidad, compasión. . . . Es decir, el autor nos dice que el Psicoanálisis además de ayudar al paciente a vivir mejor y resolver sus conflictos intrapsíquicos, ha de tener una finalidad ética. La justicia social y la honestidad son sinónimos de salud mental.

En definitiva, el fundamento del cambio psíquico queda perfectamente plasmado en esta frase de Jessica Benjamin. . . "Donde está el objeto ha de estar el sujeto". El otro es reconocido como alguien con las mismas necesidades y derechos que uno mismo. Esta idea, lejos de ser anacrónica, es intemporal.

Como COROLARIO de este libro, lleno de matices y posibilidades donde como lectora siento, que desde el principio, se establece una relación implícita compartida con el autor, en el que el número de nuestras sinapsis se han incrementado considerablemente, el Dr Coderch nos introduce de lleno en la MENTALIZACIÓN, como forma de acceder al cambio psíquico.

No sería posible la mentalización sin la existencia de la Intersubjetividad. Ésta viene avalada por los descubrimientos de la Neurociencia que nos muestran que en el cerebro existen mecanismos innatos para la presencia de sistemas intersubjetivos y el s. n. e. El s. n. e. no sólo reproducen expresiones faciales, movimientos, lenguaje sino también la intención del escuchado. Cuando escuchamos a alguien, se activan en el receptor los mismos circuitos neuronales que intervienen en el habla del emisor pero también se activan los circuitos neuronales de las zonas emocionales (simulación corporeizada)es decir, el s. n. e. te permite conocer la intencionalidad del que habla, de ahí la importancia para la comunicación humana y para el desarrollo de la Intersubjetividad. Esta forma de comunicarnos es prerreflexiva y se da desde el momento del nacimiento. No existe el yo sin un nosotros, nosotros que ayuda al niño a autorregularse, proporcionándole más seguridad. El vínculo le ayuda a diferenciar e introyectar sus tres elementos: el self, el objeto y la relación que se produce entre ambos(C. Rodríguez Sutil).

Al principio ese vínculo es simbiótico pero tras sucesivas interacciones de adecuación y tanteo mutuos, se produce un reconocimiento de uno y otro como un self equivalente al propio pero sin embargo diferente. Este diálogo constante, verbal y subverbal coexisten y generan una comunicación prerreflexiva gracias a que el procesamiento de la información es paralelamente distribuida. Podríamos resumirlo con el lema... "Yo siento que tú sientes lo que yo siento".

Estaríamos creando las condiciones para que se generase el fenómeno de la MENTALIZACIÓN.

Creo que aquí es fundamental recordar las palabras ya mencionadas de Benjamin. . "Donde estaba el objeto, ha de estar el sujeto", para aplicarlo tanto al proceso madurativo del niño como a la diada analítica.

La vivencia del otro como un objeto omnipotentemente creado se correspondería con la dimensión intrapsíquica mientras que la realidad externa del otro se correspondería con

la dimensión intersubjetiva. Estas dos dimensiones coexisten durante toda la vida y de su equilibrio va a depender la salud mental porque mientras que en la dimensión intrapsíquica se estaría mostrando la individualidad y la fantasía, en la dimensión intersubjetiva, se muestra la realidad externa y la relación con el otro. Situaciones de Impasses que se producen tanto en las relaciones humanas cotidianas, como en las relaciones terapéuticas, vienen dadas porque permanecemos atrapados en nuestra dimensión intrapsíquica con respecto a los otros produciéndose lo que Benjamin denomina Complementariedad.

Lo mencionado con anterioridad constituirían la base tanto para la teoría de la mente como para la mentalización. Coderch considera que para referirse al mismo fenómeno, comprender los estados mentales del otro, los cognitivistas hablan de teoría de la mente mientras que analistas y terapeutas relacionales hablan de mentalización. Para ellos, el concepto de mentalización tiene una mayor amplitud que el de teoría de la mente a la que incluiría.

El concepto de mentalización, además, de que abarca las emociones y no sólo los procesos cognitivos, nos muestra una forma de entender el desarrollo de la mente a través de la INTERACCION emocional del niño con el entorno que le rodea, fundamentalmente la madre.

Existe una capacidad en los seres humanos desde la infancia de conocer pensamientos, sentimientos y deseos de los otros y por tanto de predecir su comportamiento. En esto se fundamenta la teoría de la mente. Representaría como un esbozo de la mentalización, reducido a aspectos cognitivos sin referencia alguna a emociones, a las relaciones niño-madre y a la evolución de la mente, sustancial para el desarrollo de la personalidad.

Aunque hay autores como Goldman que consideran que hay tres tipos de mentalización diferente: TEORIZANDO, RACIONALIZANDO, SIMULANDO, ésta última considerada por él como una forma de empatía, Coderch considera que este tipo de simulación estaría más cerca de los cognitivistas, siendo un proceso mucho más superficial que la simulación corporeizada, fundamental en la comunicación humana. La empatía sin atender a los afectos es un tipo intelectual de empatía cognoscitiva, nada más lejos de la llevada a cabo por el Psicoanálisis Relacional.

Nos subraya Coderch que Para Allen, Fonagy Bateman, Jurist etc., la mentalización sería pensar y sentir sobre las emociones; sostener la mente en la mente, verse a uno mismo desde fuera y a los otros desde dentro con la capacidad predictiva del comportamiento que esto implicaría.

La idea de Jurist de afectividad mentalizada, considerando la regulación de los afectos como la base de la mentalización me parece una aportación muy valiosa.

Según los autores citados, el niño va evolucionando desde un estadio inmaduro hasta alcanzar un modo reflexivo o mentalización. Estos autores nos muestran como la realidad psíquica funciona en dos tipos de experiencias distintas: el modo equivalente y el modo fingido. En el modo equivalente, el niño considera que su mundo interno y el de los otros se corresponde exactamente con la realidad externa. En el modo fingido, que aparece fundamentalmente en el juego, el niño distingue entre su experiencia subjetiva y

realidad externa pero sin conexión alguna entre ellas. Para que tal conexión se produzca es fundamental la participación de los adultos, con la que le muestra al niño, ideas acerca de la realidad externa y lo introduce en el mundo fingido, estableciendo una conexión con la realidad pero no una identificación con la misma.

De esta manera, el niño descubre en la mente del adulto una representación de su representación o representación secundaria, es decir un símbolo. El estado emocional del niño debe ser reflejado en los padres con la marcación y la contingencia adecuadas para que comience a desarrollarse su pensamiento SIMBOLICO, no quedando invadido por sus emociones, sino teniendo la posibilidad de modularlas y contenerlas mediante ese pensamiento SIMBOLICO que nos recuerda a la malla protectora de Duch, de la que nos habla Coderch.

Para que se produzca la mentalización con la contingencia y marcación adecuadas, los padres han de estar muy atentos a las emociones y necesidades del niño y es entonces cuando se produce la Conexión emocional de la que nos habla Ramon Riera y en la diada analítica la Especificidad y RESPONSABILIDAD optima de la que nos hablaba Alejandro Avila.

El niño tiene deseos, emociones, pensamientos que ve representados en el rostro de sus padres y su comportamiento estará en función de esos estados mentales y los otros tienen también estados mentales que pueden o no coincidir con los suyos. Esto irá configurando su memoria de procedimiento.

La mentalización se va produciendo, como no puede ser de otra manera también a dos niveles, implícito y explícito debido a la memoria de procedimiento y al procesamiento de la información paralelamente distribuida. Con la primera intuimos y con la segunda nos movemos a un nivel verbal, intencional y consciente. Quedaría perfectamente delimitada, la diferencia entre pensar y sentir en el pensamiento y sentir y pensar que se siente. Mientras que la mentalización explícita respondería al qué, la implícita, lo haría al cómo.

Es importante para el Dr Coderch, resaltar que la mentalización, pensar en los propios pensamientos y sentimientos o afectividad mentalizada tal como lo denomina Jurist y expresión que a mí me encanta, es una ACTITUD, no una técnica y esto conecta, tal como él nos sugiere con la idea de la psicoterapia humanizada y practicada como arte.

Para Allen, Fonagy y Bateman, habría una serie de actitudes por parte del terapeuta que favorecerían la mentalización, así como otras que la dificultarían. Entre las primeras estarían el mantener una actitud de curiosidad, vinculada al no conocer; un compromiso emocional; equilibrio entre el esfuerzo del paciente por conocer los estados de su propio self y el de los otros; reconocer nuestra propia ignorancia, aceptando la zona de borrosidad etc...

Entre las actitudes que dificultan la mentalización, estarían: el uso de la transferencia, de la asociación libre, ofrecer intervenciones largas y complejas, mostrar ideas categóricas acerca del propio paciente...

Resumiendo, podríamos decir que la terapéutica basada en la mentalización, tiene un objetivo claro y concreto: hacer explícita la mentalización implícita transformando el conocimiento Relacional implícito en conocimiento Relacional compartido, a través de la

INTERACCION con el analista o terapeuta.

Me gustaría resaltar el espléndido trabajo de Angeles Codosero sobre la evolución del concepto de trauma en el pensamiento psicoanalítico. Ángeles hace un recorrido por autores como Rank, Ferenczi, Winnicot, Meltzer, Klein, Bion y diferentes autores más actuales como Kohut, Bowlby, Sullivan hasta llegar al grupo de Boston o autores que trabajan sobre la mentalización, en el que va haciendo un análisis profundo de las aportaciones de cada uno de ellos a la Teoría Traumática.

Nos encontramos ante un libro denso, rico, profundo, que te agita por dentro, te moviliza, estimula y dinamiza. Te contagia y nos pone frente a nuestras propias limitaciones y ante lo mucho que tenemos que aprender.

Y. . si después de haberlo leído, tuviera que plasmar de alguna manera, la estela, por la que yo siento que el Dr. Coderch, transita desde hace ya mucho tiempo, no encuentro una forma mejor de hacerlo que con estos versos de Goethe:

*"Sé que nada me pertenece sino el pensamiento que sin grilletes fluye de mi alma,
y todo momento favorable que el destino clemente me permite gozar profundamente".*

Cita bibliográfica / Reference citation:

Fernández Cruz, E. (2012). Reseña de la obra de Joan Coderch "Realidad, Interacción y Cambio psíquico" . *Clínica e Investigación Relacional*, 6 (2): 334-344. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.org.es]