

La connexió emocional Formació i transformació de la nostra manera de reaccionar emocionalment*

RAMON RIERA

Barcelona: Editorial Octaedro.
Col·lecció Recursos. 1^a edició,
Febrero 2010



Reseña de Mercè ferriz y Francesc Vieta

Capítulo 1. Contextualización

En este primer capítulo podemos volver a contactar, como si de la primera vez se tratase, con la experiencia de un tratamiento psicoterapéutico. Los que estamos familiarizados con la práctica psicoanalítica tal vez nos hayamos alejado del misterio, la curiosidad o incluso la inquietud que puede despertar una psicoterapia en alguien que se acerca a esta experiencia por primera vez. Riera allana el terreno. Explica a unos -y nos recuerda a otros-, los aspectos más formales pero también nos cuenta acerca de otros elementos que ha ido encontrando con sus pacientes a lo largo de estos años y con los que ha enriquecido su práctica profesional.

Parece que Riera desea establecer una conexión emocional con el lector y es tal vez por ese motivo que con valentía y de un modo francamente natural, nos cuenta algo acerca de sí mismo, ayudándonos de este modo a conocer un poco mejor a quién estamos leyendo. Creemos que es valiente porque la combinación de lo público y lo privado del psicoanalista, aunque hoy parezca un poco más cerca, es todavía un terreno por conquistar, un lejano oeste, especialmente en nuestra comunidad.

En este primer apartado Riera nos expone sus reflexiones acerca de la psicoterapia o el tratamiento psicoanalítico y de aquello que es más apreciado por los pacientes, según ha ido recogiendo con los años como clínico; pero también es un intento por reparar el Psicoanálisis de *las fuerzas oscuras*. Particularmente queremos destacar un aspecto, quizás podríamos llamarlo técnico, que Riera utiliza en su trabajo con pacientes: la invitación explícita a que el paciente comunique cuándo no se ha sentido entendido. Seguro que muchos secundamos la utilidad de esta intervención, pero la comunicación explícita de esta consigna lleva implícita una apertura del terapeuta al cuestionamiento y a que el propio paciente le oriente. De igual modo, la flexibilidad del setting externo que

* Edición original en catalán. El título en castellano sería: LA CONEXIÓN EMOCIONAL. Formación y transformación de nuestra manera de reaccionar emocionalmente

propone, en función de qué puede facilitar mejor en cada paciente la conexión emocional, nos parece una muestra más del trabajo desde el enfoque relacional.

Encontramos también una oportunidad para reflexionar sobre el mecanismo de disociación y el sentimiento de vergüenza. Podemos apreciar en este punto el esfuerzo generoso para hacer comprensible a todos el concepto de disociación: "... cuando la persona hace como si tales sentimientos no existieran". Claro. Simple e incontestable.

Sin embargo hay una idea que va repitiéndose a lo largo de estas primeras páginas y anticipamos que será central en todo este trabajo. Dice Riera: "*los humanos estamos genéticamente diseñados para regular nuestras emociones a través de las relaciones.*" Creemos que la viñeta del caso clínico que nos aporta ilustra bien este punto. Y es más, describe con claridad lo que Riera considera que es el pilar esencial de todo trabajo psicoterapéutico. Nos dice: "*dicho de otra manera: Pere y yo necesitábamos crear una relación en la que él pudiera llegar a sentir y pensar aquello que no fue posible en las relaciones previas*".

Capítulo 2. El sentimiento de *uno mismo*

En este segundo capítulo Riera profundiza sobre el concepto de uno mismo, relacionándolo con el de autoestima, mucho más incorporado en nuestro saber popular. Con esta idea tan aparentemente sencilla aunque en el fondo arriesgada, nos comunica su opinión: un bajo concepto de uno mismo representa una de las principales fuentes de malestar del ser humano. Nos muestra cómo el lenguaje coloquial ilustra de una manera muy gráfica los dos extremos del sufrimiento mental: la cohesión y la fragmentación (... *me siento fuerte, consistente o estoy hecho polvo, destrozado, desencajado*).

Según Riera el modo cómo uno se siente, se percibe en cada momento, determina cómo afronta la situación planteada. Vemos aquí una idea dinámica del sentimiento de uno mismo que puede ser diferente en diferentes momentos. Se entiende cómo el autor apuesta por una concepción de lo terapéutico poniendo el acento en la creación de nuevas experiencias de relación, en lugar de señalar aquello en lo que el paciente fracasa. Curiosamente este punto es simple en apariencia pero detrás esconde todo un universo de posibilidades. Esto es así, argumenta Riera, porque la vivencia que los humanos tenemos de nosotros mismos depende del contexto relacional. Nuevamente nos ofrece una viñeta que lo ejemplifica con claridad (Dani, sus dibujos y la actitud del padre): nos muestra cuán importante resulta el entorno relacional del niño y cómo influyen las emociones parentales no formuladas en el sentimiento de si mismo del pequeño.

Es así cómo puede darse lo que el autor denomina *la tragedia de los hijos con padres que tienen un sentido de si mismos precario*. El artista René Magritte le proporciona un canal que hace explícito uno de los contextos relacionales que más sufrimiento pueden causar en el ser humano: *l'esprit de geometrie* (obra pictórica en la que se ve un bebé con cuerpo de adulto sosteniendo una madre con aspecto de bebé). De nuevo nos invita a conocer un poco más de si mismo, de cómo estableció conexión emocional con el artista y su obra. Y esta relación con el arte le abre una nueva perspectiva.

EL material clínico del caso *Dolors* ilustra bien cómo los humanos construimos nuestra propia imagen a partir de la imagen que nos devuelven los demás. Se trata de un Caso-ejemplo que presenta similitudes con la historia del artista Salvador Dalí, acerca del cual Riera tiene publicado un trabajo, y a su vez ilustra la inversión de roles presente en el cuadro de Margritte que tan profunda impresión causó en el autor. Creemos que con este ejemplo consigue mostrarnos cómo parece más entendible la problemática si nos

damos cuenta de que la tragedia es no poder tener unos padres que conecten emocionalmente con uno mismo.

A partir de la premisa de que el paciente se cura a través de ir estableciendo distintas conexiones emocionales con el terapeuta que faltaron, fueron inadecuadas o insuficientes en otras relaciones, Riera realiza una revisión de conceptos clásicos desde una visión relacional. No podemos estar más de acuerdo con él cuando habla de los sueños como películas y de las obras pictóricas como medios de expresión de experiencias que no pudieron ser vividas por otras vías. Contacta con lo terapéutico que hay en el cine y arte.

Encontramos en este apartado del libro una breve referencia al origen del Psicoanálisis relacional, que forma parte del sentido que el autor tiene de sí mismo; retoma un lenguaje que nos incluye a todos, colegas de profesión y otros. Así intenta ser divulgativo con el lector no experto y también con el propio colectivo psicoanalítico. Retoma trabajos de psicoanalistas relacionales en los que se revisan teoría y práctica de Freud desde una perspectiva relacional, para familiarizar al lector con este modelo más contemporáneo. Riera, de un modo muy personal, nos muestra algunos de sus referentes así como otros intereses que más han ampliado su mirada acerca de las relaciones humanas.

Inicia este viaje al pasado psicoanalítico de la mano de Dona Orange, a quien primero nos presenta, consiguiendo nuevamente en nosotros una mejor disposición para conectar emocionalmente con lo que la autora piensa. Orange realizó una revisión acerca del célebre caso Schreber de Freud, en la que al recoger el contexto relacional, la relación de Schreber con su padre, se abre una nueva posibilidad para entender el dolor del paciente.

Seguidamente nos introduce en los trabajos de Ramón Greenberg acerca de los sueños y del sentido del material onírico. Su investigación, fruto de una estrecha colaboración entre el psicoanálisis y las neurociencias, ha podido replantear el sentido clásico de los sueños como realización de deseos inconscientes. A la luz de las investigaciones recientes parece que los sueños son un intento de procesar e integrar la nueva información con la antigua y por tanto una posibilidad de afrontar, mientras dormimos, problemas que permanecen activos. Esta nos parece una idea original y esperanzadora pues entiende los sueños como una posibilidad creativa en lugar de cómo el consuelo narcisista clásico.

Otro de los autores que nos presenta en este capítulo es uno de sus predilectos, Heinz Kohut, conocido por su valiente revisión del narcisismo y su esfuerzo centrado en el desarrollo del concepto de sí mismo. Como nos viene acostumbrando desde que iniciamos esta lectura, Riera comparte con nosotros el contexto relacional en el que tuvo lugar su conexión emocional con este autor. Al hablarnos de algunos detalles biográficos de Kohut, retoma el cuadro de Magritte *l'esperit de geometrie* para proponernos que en la relación padres-hijos existe naturalmente un sostén que aporta el propio hijo y cómo esto modula los distintos sentidos de sí mismo, también el de los progenitores. Para Riera la idea de Kohut de que los pacientes vienen a tratarse para cambiar el sentido que tienen de sí mismos, sigue siendo una muy válida definición del objetivo de toda psicoterapia. En los dos análisis del Sr. Z de Kohut vemos un referente importante para Riera, nuevamente un ejemplo de relectura de ciertas certezas del Psicoanálisis original. Se explora una revisión del complejo de Edipo y la propuesta de un mito alternativo: Ulises. Se trata de un mito que enfatiza el hecho de que si los padres son protectores y favorecedores de la autonomía adecuada – si conectan emocionalmente-, el complejo de Edipo no parece tener un peso crucial en el desarrollo de la personalidad.

Para finalizar el capítulo Riera nos habla del Efecto Westermarck o lo que resulta ser una mirada distinta del tabú del incesto a la luz de investigaciones en otras disciplinas antropológicas. Nos parece que con ello Riera propone un posible cuestionamiento de la universalidad del complejo de Edipo como pilar de la salud o enfermedad mental.

Capítulo 3. La memoria de las emociones

En este capítulo Riera nos habla de las dos principales clases de memoria: explícita e implícita a través de diferentes ejemplos que nos ilustran cómo una se recuerda y otra no.

Seguidamente nos presenta al grupo de Boston, responsable de una de las aportaciones que el autor considera más importantes del psicoanálisis contemporáneo: *el conocimiento relacional implícito*. Riera lo explica como aquel conocimiento que una persona tiene sobre cómo utilizar las relaciones con los otros para regular sus propias emociones. Este conocimiento es procesado por el sistema de memoria implícita. Creemos que se trata de una definición muy clara y muy útil.

Otro concepto que explora en este capítulo es el del *Paisaje corporal*, término acuñado por Damasio, en su libro *El error de Descartes*. Riera lo celebra y utiliza en este capítulo para describir, de un modo poético y con gran belleza pictórica, y a la vez muy vivencial, una habilidad especial que tenemos los humanos para realizar una evaluación emocional de las situaciones relacionales. Riera consigue transmitirnos explícitamente- de un modo muy sencillo y auténtico, a través de una vivencia personal-, experiencias que vivimos sólo de forma implícita a través de lo que nuestro cuerpo siente.

El caso Joan muestra cómo trabaja Riera. Transmite cómo se toma su tiempo para establecer la conexión emocional con su paciente, para cuidarla, puesto que es el elemento crucial de trabajo terapéutico.

En el contexto de este capítulo nos ofrece una definición más moderna del objetivo de la psicoterapia desde el enfoque relacional: *la psicoterapia sirve para que el paciente pueda activar de forma integrada sus distintos tipos de memoria”*.

Capítulo 4. La intersubjetividad

En este capítulo nos adentramos de la mano de Riera en el universo de la intersubjetividad o, dicho de otro modo, la conexión emocional de dos subjetividades. A través de ejemplos de situaciones cotidianas resulta sencillo ver la subjetividad de cada uno de nosotros. Por subjetividad entendemos, leyendo al autor, la particular forma en que cada uno interpreta emocionalmente el mundo. A través del ejemplo de dos de sus pacientes, ambos en situaciones vitales similares, Riera nos ilustra cómo existen múltiples subjetividades, incluso aparentemente contradictorias. Dicho ejemplo nos sugiere que esta situación podemos encontrarla a menudo en un mismo paciente, cuando nos trae el conflicto con las diferentes subjetividades de su entorno, el conflicto intersubjetivo.

Riera nos proporciona un contexto- histórico- para este término esencial dentro del psicoanálisis relacional. Nos habla de Atwood y Stolorow y de su primera libro *faces in a cloud* en el que, como ya vimos en otros autores relacionales, se realiza una revisión desde esta perspectiva psicoanalítica contemporánea de las teorías de cuatro de los principales pioneros psicoanalíticos: *Freud, Jung, Reich y Rank*. La idea sobre la que insiste Riera es que la subjetividad está también en la base de toda teoría acerca del

funcionamiento emocional humano. Este punto nos parece de suma importancia ya que inevitablemente relativiza los postulados fundamentales del psicoanálisis clásico y abre nuevas posibilidades para entender fenómenos como la resistencia y la neutralidad. Supone una ventana abierta a la libertad de expresión de nuestros pacientes pues no los vemos ya como opositores a nuestras ideas al tener más presente que éstas son, en gran parte, fruto de nuestra propia subjetividad. Riera se centra en la lectura que Atwood y Stolorow realizan de las teorías de Freud teniendo en cuenta su subjetividad y los acontecimientos vitales que la constituyeron. A partir de la biografía que Breger realizó sobre Freud, comprendemos de un modo relacional cómo una circunstancia temprana en la vida de aquél influyó subjetivamente en la creación de sus principales supuestos teóricos. Se trata de una visión intersubjetiva que nos parece mucho más cercana a la experiencia.

La idea que Riera señala como central dentro del modelo intersubjetivo es el de la validación de lo que uno siente por parte del entorno relacional significativo, a través de la conexión empática. Si ello no tiene lugar entonces se da un sentimiento de inadecuación y vergüenza que comprometerá ciertos aspectos del desarrollo del individuo. Para ilustrarnos esta idea Riera nos ofrece otra de sus experiencias clínicas, Pedro, un caso dramático y evocador de una gran ternura.

Como ya hemos ido advirtiendo los trabajos de Stolorow, Atwood y Orange son las influencias tempranas de Riera dentro del contexto relacional. De la mano de la que él mismo denomina su *familia adoptiva profesional* - Gianni Nebbiosi y el grupo de Roma-Riera profundiza en la idea del trauma psíquico de Stolorow: la gravedad de la situación traumática no depende sólo del trauma *per se* sino, sobretudo, de cómo es gestionado por el contexto relacional. Desde esta óptica parece más posible establecer un puente hacia lo que sabemos acerca de la resiliencia emocional, abriendo una puerta a la esperanza para aquellas heridas que clásicamente se consideraban difíciles de reparar.

Riera nos habla del concepto de *aniquilación personal* introducido por Atwood que hace referencia a aquellas experiencias sufridas por pacientes traumatizados. A partir de un caso presentado en Roma por Atwood, Riera establece una relación con las teorías de Freud para revisar desde la perspectiva relacional cómo se entienden las situaciones que antes se explicaron mediante la teoría de la seducción y posteriormente la de las fantasías originarias. Este marco le resulta idóneo al autor para señalarnos una de las ideas que considera más importante de este libro: *los humanos estamos diseñados para nacer en un entorno familiar empático que sintonice con nuestras emociones y que esté genuinamente interesado en saber qué sentimos*. Cuando esto no se da aparecen situaciones de aniquilación personal. Este contexto inspiró un trabajo de Riera acerca de Salvador Dalí, en el que el autor ensaya una comprensión del artista y su obra bajo la hipótesis de la aniquilación personal propuesta por Atwood.

En esta línea, la lucha entre el principio del placer y principio de realidad postulados por Freud como eje central en la maduración emocional del ser humano, pierde fuerza en el marco de la intersubjetividad. Parece más actual la idea que a lo largo de la vida acumulamos convicciones a partir de nuestros intercambios relacionales acerca de cómo es la realidad. Y eso influye mucho más que lo primero. Estamos totalmente de acuerdo con la idea de que el cambio psíquico en psicoterapia se produce cuando el paciente puede imaginar posibilidades que hasta entonces habían sido inimaginables.

Los contextos relacionales son los que validan o no las experiencias emocionales de los humanos y, en función de si lo que sentimos es validado o no por ese entorno nos sentiremos consistentes y vitales o por el contrario raros, vacíos y desvitalizados. El material clínico de Pau, presentado al final de este capítulo, permite ver el cambio de considerar la homosexualidad en si como una orientación sexual patológica, con sus

distintas variantes (perversión, evitación de la rivalidad edípica, etc.) para poner el acento en la falta de validación y la consecuente vergüenza, siendo la investigación esta última, según Riera, una de las principales claves del éxito terapéutico.

Capítulo 5. Un poco de prehistoria de las relaciones

Riera nos propone un viaje a un espacio y un tiempo lejanos, lejanísimos, en los albores de la humanidad. La biología evolutiva nos aporta datos acerca de cómo podían ser las relaciones hace unos doscientos cincuenta millones de años. Parece que lo que hoy se da por supuesto no fue siempre así. Los estudios evolutivos atribuyen a nuestros ancestros reptiles un patrón relacional marcado por la reacción agresiva frente al otro. Se supone que una feliz sucesión de diversas mutaciones en estos antepasados nuestros provocaron cambios corporales que modificaron inevitablemente el modo en que los individuos se relacionarían entre sí. En este apartado Riera nos habla de los sustratos biológicos que se han ido identificando como propios de las conductas de vinculación en los mamíferos en general y en los humanos en particular. Fundamentalmente explora los descubrimientos acerca de la biología que acompaña las situaciones vinculación y cura de las crías mamíferas así como de la monogamia, en los humanos y en una minoría de mamíferos más.

El hallazgo de hormonas implicadas en la experiencia relacional de los humanos permite hablar, dice Riera, de una vinculación *inconsciente* -porque se da sin la participación del córtex cerebral-, y *emocional* porque implica una serie de cambios corporales ante una situación particular. Riera a través de su capacidad para establecer conexión emocional con otras disciplinas y otros autores interesados en la naturaleza humana, nos ofrece hipótesis verosímiles que establecen un puente entre lo relacional, lo biológico y lo evolutivo. En este punto nos muestra el contraste entre el psicoanálisis relacional y el clásico que fue alejándose cada vez más de otras disciplinas para contrastar y/o complementar sus hipótesis.

Con una entusiasta incursión en el cine de la mano de Kubrick y el mítico film *2001: Odisea en el espacio*, nos intenta mostrar lo que parece que muchos científicos hoy piensan: que fue la conexión empática el punto culminante para entender mejor el gran cambio evolutivo en los humanos, mucho más determinante aún que el uso de las herramientas mostrado en la película.

Malcom Slavin y Robert Trivers nos abren una nueva perspectiva sobre el funcionamiento humano a partir de la combinación de las investigaciones en evolución y psicoanálisis. Las ideas fundamentales que Riera recoge a partir de estos trabajos es que el paciente puede, de hecho, *tener una percepción de nuestras actitudes que va mucho más allá de nuestras palabras*, cuestionando de este modo la supuesta neutralidad del terapeuta psicoanalítico. Pero Riera nos aporta muchos otros estudios que parecen seguir esta línea: Haig con sus trabajos acerca de la negociación bioquímica entre madre gestante y feto, Tomasello y sus ideas acerca de la capacidad, exclusiva de los humanos, de compartir intenciones y estados emocionales; Meltzoff y la capacidad de imitación de los bebés como posible precursora del lenguaje verbal; y otros autores, todos muy interesantes, que se van descubriendo a lo largo del capítulo.

Riera llega en este punto a una de las cuestiones centrales de su trabajo: ¿por qué es tan importante la conexión emocional para los humanos? Esta incógnita ha sido ya planteada por E. Tronik, investigador de primera infancia y antiguo miembro de Grupo de Boston para el desarrollo del cambio psíquico. A partir de sus investigaciones llega a formular que la conexión emocional crea lo que él denomina una expansión diádica de los estados de conciencia. Riera destaca la importancia de dichos estudios en la práctica

psicoterapéutica, donde estos estados de conexión emocional, pérdida y recuperación de la conexión también se reproducen naturalmente. Para él la vivencia mutua de conexión emocional sería uno de los principales indicadores de buen pronóstico en el desarrollo de la relación paciente-terapeuta.

Capítulo 6: cómo nos vinculamos los humanos

Encontramos en este capítulo una introducción al concepto de apego. EL lector puede hacerse una idea bastante general y completa de los estudios en este campo pues Riera nos habla sobre autores destacados, estudios longitudinales y herramientas de trabajo como la entrevista de apego adulto. Riera aprovecha también este espacio para hablarnos de cómo entiende la relación contemporánea padres-hijos, niños-adultos y el cambio en la asimetría de dichas relaciones. Apreciamos de buen grado esta manera distinta de hacer una lectura de las generaciones jóvenes que no cae en los tópicos de rancio abolengo describiendo a los niños y jóvenes de hoy como malcriados y sin límites. Es un primer paso para una lectura mucho más esperanzadora de un futuro posible.

Resulta muy entendedor para el lector la descripción de los tres tipos de apego descritos por Ainsworth con ejemplos clínicos que los ilustran. Para Riera hay un aspecto claramente destacable de los estudios sobre el apego: los bebés, ya en los primeros meses de su vida, son auténticos expertos en recoger información muy sutil, psicológicamente muy compleja, de un modo vivencial y sin utilizar el pensamiento reflexivo. Finalmente nos aporta una última descripción de un cuarto patrón relacional descrito por Main y Solomon, considerado el más relacionado con la psicopatología severa en la edad adulta.

En la línea de anteriores capítulos continúa presentándonos a sus autores predilectos, en esta ocasión Daniel Stern. A partir de una anécdota personal de Stern citada en el conocido libro *el mundo interpersonal del bebé*, Riera recoge la idea de un bilingüismo necesario para mantener un puente entre el mundo infantil y el adulto, bilingüismo que hace referencia a la posibilidad de entender a través del pensamiento reflexivo aquellas sutilezas de la comunicación no verbal.

Los estudios longitudinales del apego permiten constatar empíricamente cuáles son las evoluciones más probables de los patrones vinculares. A través de ellos, partiendo de los parámetros presentes, se pueden predecir desarrollos futuros. La idea que Riera señala en especial es que no se trata tanto de la gravedad de la experiencia sino de la manera cómo es integrada en una narrativa coherente. Este aspecto fácilmente se conecta con las ideas de Stolorow referentes al trauma y a la gestión que el entorno realiza para paliar-lo, explicado en el capítulo cuarto. Uno de los estudios que Riera destaca es el trabajo de K. Lyons-Ruth y colaboradores que han determinado factores predictivos en los patrones vinculares desorganizados. Creemos que Riera pretende transmitirnos el valor empírico de dichos estudios para el desarrollo del psicoanálisis relacional.

Para finalizar el capítulo Riera nos ofrece unas reflexiones acerca de cómo entiende él el proceso psicoterapéutico a la luz de los patrones vinculares. Partiendo de la idea de que la mayoría de las conductas de vinculación que componen nuestro estilo relacional se aprenden y modifican a lo largo de toda la vida sin la participación del pensamiento reflexivo, el trabajo psicoanalítico es visto por Riera cómo el entorno relacional en el que el paciente tiene la oportunidad de practicar nuevos estilos relacionales, obteniendo así nuevas maneras de reaccionar emocionalmente, menos dolorosas y más útiles.

Capítulo 7: un poco de neurociencia aplicada a las relaciones humanas

En este último capítulo Riera nos explica algunos avances científicos de otras disciplinas, como medicina y las neurociencias, relacionados con la empatía, o conexión emocional. Conoceremos mejor el trabajo de Kandel, premio Nobel 2000 en medicina, gracias al cual hoy podemos suponer los procesos que tienen lugar en la creación de la memoria, a corto y largo plazo, desde una perspectiva biológica. Riera aplica estos descubrimientos al proceso psicoterapéutico, a través del caso Laura, entendiendo que los cambios en la forma de reaccionar emocionalmente y, en último término, en el sentido que uno tiene de si mismo, se producen cuando podemos desaprender, como nos dice él, aquello que quedó almacenado de forma estable como memoria a largo plazo, fruto de múltiples experiencias de nuestra vida. Comprobar que el efecto continuado de un estímulo externo puede crear modificaciones anatómicas en las neuronas nos anima a confiar más en la creatividad relacional en nuestro trabajo.

Para finalizar nos ofrece una posible base física, cerebral, de la empatía, a partir del descubrimiento en los años noventa de *las neuronas espejo*. Estas neuronas se activan al ver una acción que otro realiza, pero resulta especialmente interesante su capacidad para captar la intencionalidad del otro. De este modo nos acerca Riera un poco más al concepto de trabajo de mentes en red.

Para finalizar regresamos a la primera cita con la que Riera abre este libro “*yo siento que tú sientes lo que yo siento*”. La conexión intersubjetiva de la que tanto nos ha hablado el autor en este trabajo, como él mismo sostiene, probablemente no sería posible sin la existencia de las neuronas espejo.

Comentarios inspirados por la lectura

A lo largo de todo el libro hemos ido hallando múltiples formas de entender el trabajo psicoterapéutico, todas ellas conectadas entre sí, y al final uno podría decir que ahora sabe mucho mejor de qué se trata. Poder observar la psicoterapia ora desde la perspectiva del sentido de uno mismo, ora desde la intersubjetividad, más adelante según las formas en como nos vinculamos, y algunos vértices más, ha sido una sorpresa.

De la idea tan claramente expresada “*los humanos estamos diseñados para nacer en un entorno familiar empático que sintonice con nuestras emociones y que esté genuinamente interesado en saber qué sentimos*” casi puede acariciarse la posibilidad de una nueva mirada, más evolutiva, sobre la patología mental, de modo que cuanto mejor podamos entender el universo que hay detrás de dicha formulación, más capaces seremos de ir reduciendo los tiempos de tratamiento. La cuestión que leyendo a Riera se nos formula es: ¿la psicoterapia tiene que ser siempre necesariamente una carrera de fondo? Creemos lícito imaginar la posibilidad de imprimir mayor velocidad a nuestros tratamientos. Si algunos acontecimientos, como los traumáticos, pueden crear modificaciones permanentes de una sola vez, ¿podemos imaginar la posibilidad contraria? O dicho de otro modo, ¿podemos imaginar que la psicoterapia alcance en algún momento, no muy lejano, una velocidad de transformación similar?

En una línea similar, al hablarnos acerca de los patrones de vinculación nos ha sugerido que quizás en un futuro próximo, siguiendo la línea despatologizante del Psicoanálisis Relacional, se podrán ir valorando más las estrategias de supervivencia en la regulación emocional de los tipos de apego no seguro.

Empezar cada capítulo con un breve resumen de lo que en él hallaremos sin duda nos sitúa, nos invita, a una disposición en la que la conexión emocional se ve facilitada. De este modo Riera nos adentra en sus ideas, sus reflexiones y sus experiencias, predisponiendo al lector a esa conexión emocional de la que desea hablarnos. Es a su vez, y según lo hemos sentido, un libro conmemorativo, una celebración de treinta años de profesión, de experiencias acumuladas, reflexiones, algunas certezas y también de ilusión por compartir con nosotros la satisfacción del trabajo hecho con afecto.

A veces uno entra en una librería con la esperanza de encontrar uno de aquellos libros que te hablan de algo muy complejo de una manera muy sencilla. La de "chascos" que uno puede llevarse si se atreve a tomar, por ejemplo, un libro de física cuántica!!! Pero de vez en cuando uno se topa con un tesoro.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Ferriz, M. y Vieta, F. (2010). Reseña de la obra de Ramon Riera "La connexió emocional". *Clínica e Investigación Relacional*, 4 (2): 457-465. [ISSN 1988-2939]