

Reflexión de mi paso por el XX Congreso IARPP- INTERNACIONAL 2024 Mérida Yucatán¹

Rosario Castaño Catalá²



Cuando terminó el congreso³ pensé que necesitaría un tiempo para asimilar tanto lo vivido como lo escuchado durante esos días; ha sido una experiencia muy intensa como suele ocurrir en estos encuentros de IARPP, con ponencias de muy buen nivel, y muy emotivas, sobre todo este año con el tema “Psicoanálisis relacional: la búsqueda de pertenencia y la co-creación de un hogar terapéutico”

El viaje a Mérida, Yucatán es largo, llegar hasta allí desde Madrid ha supuesto un gran esfuerzo en tiempo, y dinero, sin embargo, como en otras ocasiones, salir de mi rutina diaria ha valido la pena. Al celebrarse cada año en un país distinto puedo ver de primera mano las diferencias que marcan las raíces de cada cultura con sus riquezas y sus miserias, siempre aparece el núcleo duro de cada imaginario colectivo, aquello que es enriquecedor y también sobrecogedor, lo que me hace ver lo desconocido que es para cada uno de nosotros el mundo de “los otros”, a los que podemos considerar y vivenciar como diferentes aunque seamos más

¹ Castaño Catalá, R. (2024). Reflexión de mi paso por el XX Congreso de IARPP-Internacional, Mérida Yucatán (México). *Clínica e Investigación Relacional*, 18 (2): 545-548. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2024.180223

² Rosario Castaño Catalá; psicóloga clínica, psicoterapeuta y sexóloga. Presidenta del IPR Instituto Psicoterapia Relacional; supervisora didáctica perteneciente a FEAP Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas; miembro de FESS Federación Española de Sociedades de Sexología; consulta privada en la Clínica Palacios de Madrid.

³ El XX Congreso de IARPP-Internacional que se celebra anualmente, se llevó a cabo del 20 al 23 de junio de 2024 en Mérida México.

humanos que otra cosa y precisamente, esas diferencias nos definan como únicos y no por eso extraños a los demás.

He asistido a ponencias con mucha carga emocional; me he quedado prendada de la narrativa de todo lo relacionado con las raíces, lo transgeneracional, por ejemplo, los rituales, el lenguaje maya, las tradiciones ancestrales que de forma inconsciente rodean nuestras vidas en cada sociedad, cada cultura ... He comprobado cuantas veces callamos los conflictos colectivos, de raza y de clase; cómo podemos llegar a esconder nuestras raíces para ser aceptados o para no tener simplemente conflictos; y cómo en terapia vemos que sacar la furia a través de la palabra y las imágenes nos permite que salga el conflicto y esto provoque que algo cambie, que salgamos del bucle; reconocer el conflicto, y compartirlo hace que algo se abra, siempre serán más creativas emociones como la furia, la ira, y la asertividad que el resentimiento.

En terapia, las situaciones difíciles son un sentir de autenticidad, los terapeutas en sesión nos metemos en una situación en la que hay relación pero no solo desde la empatía basada en "la buena fe" sino desde la confianza y desde una posición no de autoridad sino desde un espacio que transcurre en común donde vamos a averiguar lo que está pasando en el "aquí y ahora" y de ese modo abrir diferentes puntos de vista, expandir la mente situándonos del lado más de la complejidad y no tanto en el de lo correcto.

He comprobado que todos nosotros como terapeutas siempre tenemos un temor a estar fallando, pero como dice Winnicott fallar es la mejor manera de aprender; es inevitable que en ocasiones tengamos que preguntarnos ¿y si fallo una y otra vez con este paciente? ¿y si no soy auténtica o no le doy prioridad a la autenticidad? ¿y si levanto el conflicto y mi paciente no lo puede abordar, o yo como terapeuta no lo puedo manejar? Son tantas las dudas ... dudas que nos ayudan a formular preguntas al paciente y, como dice Sullivan "a través de la indagación detallada" vayamos creando situaciones de duda, sorpresa, reflexión, *enactment* ... que ayudarán a abrir la mirada y reconocer nuevas formas de abordar la vida, tanto a nivel personal, de pareja, familiar, como profesional o laboral.

He podido comprobar que todos estamos de acuerdo con la necesidad de encontrar un sentido de pertenencia, algo tan importante para el paciente como para el terapeuta; y mi participación en este congreso ha ido en ese sentido, contando mi experiencia desde la idealización de la institución donde me formé hasta la necesidad de salir de ahí para encontrar grupos de pares en los que me podía sentir más libre e identificada con sus formas de trabajo. Siempre llevamos nuestro hogar de origen a la construcción de otros hogares de los que queremos formar parte.

También he participado en la presentación del libro que hemos escrito a cuatro manos Ricardo Gallego y yo misma, *Terapia sexual relacional* (Vol. 4 Col. Pensamiento Relacional): fue una experiencia maravillosa pues se convirtió en un diálogo con los asistentes que mostraron mucho interés en saber cómo se pueden formar y cómo pueden abordar los temas de sexualidad adulta en psicoterapia relacional. Ahí expresé por primera vez una idea que me ronda desde hace tiempo: parece que la sexualidad es tratada como de segunda clase respecto a los traumas familiares de cualquier tipo. Parece que a los terapeutas nos pasa lo mismo que a los pacientes, no tenemos un lenguaje para expresar las vivencias sexuales, el placer sexual, pero sí aprendemos a hablar de emociones traumatizantes desde miedo, asco, frustración, ira etcétera cuando se trata de traumas vitales que nada tienen que ver con la vida sexual adulta.

Me ha llamado la atención una vez más la facilidad con que los psicoterapeutas relacionales exponen sus casos y viñetas clínicas expresando emociones en primera persona, y de forma tan espontánea, es algo con lo que me identifico, pero me resultó tan complejo al principio de mi participación en congresos que aún, a pesar del tiempo transcurrido, me sigue sorprendiendo.

Esta forma de exponer demuestra la importancia de la participación activa del terapeuta, se trata de vernos y vivirnos como observador/participante, o como participante/observador, (tal como defendían Sullivan y Fromm) yo prefiero la primera opción, me siento primero observadora y después participante, aunque no hay una frontera clara y bien delimitada, ya que desde el primer encuentro con la persona que consulta transcurren interacciones de forma mutua, desde el principio vamos co-creando algo que resultará o no en un proceso psicoterapéutico; un encuentro de dos personas interactuando en un sitio privado que se ira transformando poco a poco en un sitio privado y a la vez íntimo, y no por eso dejará de ser un encuentro objetivo, y neutral. Como dice Ehrenberg *Trabajamos al filo de la intimidad* (vol. 16. Col. Pensamiento Relacional) buscando la neutralidad con cada paciente en particular. No hay una neutralidad universal para todos del mismo modo que no hay una forma de hablar neutral sino un hablar con acento, los muchos acentos del IARPP, y eso hace que las ponencias y debates sean más enriquecedores.

Nuestros diferentes acentos, tal vez tendríamos que decir nuestros diferentes acentos en inglés, algo que volveremos a vivir en Atenas el próximo año, yo espero poder hacer ese viaje y volver a disfrutar de la compañía y de las experiencias de mis colegas.

Muchas gracias a las *co-chairs*: Adriana Cuenca Carrara, y Berta Loret de Mola; al comité local: Anne Marie Maxwell, Alejandra Plaza, Marianella Martínez, Roberto Vargas, Ma Luisa Saldaña, Magda Jiménez, y Elena Ortiz; al comité internacional formado por Tony Bass,

Susanna Federici, Hazel Ipp, Margaret Mitchell, Gianni Nebbiosi, y en especial a la presidenta de IARPP Sandra Toribio Caballero.

Mérida, junio 2024