

MECANISMOS NO INTERPRETATIVOS EN TERAPIA PSICOANALITICA

Grupo para el estudio del proceso de cambio – Boston.

Daniel. N. Stern

Resumen por Sergio Herrera Fernández

INTRODUCCIÓN

Los autores proponen que hay algo más que la interpretación para que opere un proceso de cambio en terapia. Ese “algo más” se basa en un proceso de interacción intersubjetivo que produce lo que denominan *conocimiento relacional implícito*.

Opinan que gran parte de los cambios perdurables que se producen en los pacientes tiene que ver con ese ámbito relacional entre paciente y terapeuta.

Si bien es cierto que no niegan la interpretación como agente de cambio, si creen que existe este otro factor de cambio, tan potente o más, y que son fenómenos distintos, aunque pueden complementarse. A lo largo del texto se intentará explicar en que consisten estos *momentos de encuentro*, momentos de autentica conexión entre paciente y terapeuta que hacen cambiar la forma de relación entre ambos y la forma de verse a si mismo del paciente, y como se desarrolla este proceso.

UN ACERCAMIENTO AL PROBLEMA

Este enfoque está fundamentado en una amplia investigación de estudios evolutivos de la interacción madre-hijo.

Para empezar hay que diferenciar dos tipos de conocimientos, de representaciones y de memoria:

- *Explícito o declarativo.*

Se puede hacer consciente con facilidad y está representado simbólicamente de forma icónica o verbal. La interpretación cambiaría esta comprensión consciente.

- *Implícito o procedimental*

Opera fuera de la experiencia verbal consciente, está representado no simbólicamente como *conocimiento relacional implícito*.

Partiendo de esta diferenciación, el *conocimiento declarativo* se adquiere a través de interpretaciones verbales en la terapia que alteran la comprensión intrapsíquica del paciente.. *El conocimiento relacional implícito* se da por procesos interaccionales intersubjetivos, que alterarán la relación implícita compartida entre paciente y terapeuta.

Este *conocimiento relacional implícito* ha sido estudiado a través de observaciones del desarrollo pre-verbal en los niños, en concreto en secuencias adaptativas entre el bebe y sus cuidadores. Pero es un conocimiento que no solo se da en el bebe pre-simbólico, sino que se va adquiriendo a lo largo de toda la vida. Es un conocimiento inconsciente, pero no por ser reprimido por la conciencia.

Un *momento de encuentro* en la terapia propicia un cambio en el ambiente intersubjetivo y consecuentemente un cambio en el *conocimiento relacional implícito* de ambos. Este cambio se sentirá como un cambio cualitativo súbito. Un conocimiento compartido acerca de la relación que puede permanecer implícito.

PERSPECTIVAS PARA EL DESARROLLO DEL PROCESO DE CAMBIO

A partir del estudio de los procesos de cambio en el bebe se intenta entender el proceso de cambio en terapia.

La mayor parte del tiempo el bebe y los cuidadores se están regulando mutuamente. Al principio lo fundamental es el hambre, sueño... pero luego pasan a ser los estados afectivos, mentales...

Esta regulación se orienta hacia objetivos e implica conflictos, negociación, reparación, corrección, etc... Requiere persistencia y tolerancia por ambas partes.

Un buen ajuste entre ambos, que el cuidador sepa determinar el estado del bebe, ayuda a crear una experiencia coherente en el bebe. Lo que el bebe internaliza es el proceso de regulación mutua, esto va creando expectativas en sus siguientes relaciones y al final todo esto será la base del *conocimiento relacional implícito*.

Pero aparte del objetivo fisiológico que se persigue en la regulación, también existe otro objetivo, el intersubjetivo, experimentar el reconocimiento mutuo de las motivaciones y deseos del otro. Esto implica una ratificación entre ambos, un acto que asegure el consenso, como la sintonía afectiva.

Durante este proceso, se pueden crear propiedades emergentes, *el momento de encuentro*, preparado durante un largo periodo de tiempo, pero no determinado, es impredecible. Estos momentos se construyen conjuntamente y requieren de la aportación de algo único por cada parte. Un ejemplo sería, tras mucho tiempo de enseñanza-aprendizaje entre padre e hijo “que eso que ladra es un perro”, donde cada uno capta de similar manera “lo que ocurre aquí, ahora, entre nosotros”.

APLICACIONES AL CAMBIO TERAPEUTICO

El avance se compone de *momentos actuales*, unidades subjetivas que marcan los diferentes cambios de dirección, cuando, por ejemplo, se responde en terapia de una forma personal, específica y auténtica por cada sujeto, se convierten en un *momento de encuentro*, propiedad emergente que alterará el contexto subjetivo.

Los *momentos actuales* son cortos, lo que se tarda en captar “lo que está pasando, ahora, aquí, entre nosotros”. Raramente se suceden de forma lineal, hay cierta discontinuidad, pero están unidos en su progresión. “Son esquemas de formas de ser con otro” no conscientes.

El avance implica movimiento en la dirección de los objetivos. Uno es reordenar el conocimiento verbal consciente, el otro, alcanzar la comprensión del ambiente intersubjetivo que capta el *conocimiento relacional implícito*. El avance se micro-regula por la consecución de pequeños objetivos focales, que corrigen sobre la marcha hacia otros objetivos intermedios. Y hace que los sujetos tengan una mejor comprensión de donde está en esa relación implícita compartida.

El *momentos ahora* es un tipo especial de *momento actual* que se activa subjetivamente y afectivamente. Terapeuta y paciente lo sienten como algo distinto e inesperado, desestabilizador, que nos puede llevar si no se sabe aprehender a un impasse o una oportunidad para una reorganización terapéutica y avance si se sabe utilizar.

Es similar a un “momento de verdad”, que se le reconoce intuitivamente por ambas partes.

Tienen tres fases:

- Gestación: sentimiento de inminencia
- Extrañeza: Se toma conciencia de que se ha entrado en un espacio intersubjetivo desconocido
- Decisión: O se atrapa, llevándonos a un *momento de encuentro*, o se deja pasar y puede haber incluso estancamiento en el proceso de avance.

Requiere una preparación, en el sentido de que posiblemente antes han tenido que pasar también algunos otros *momentos ahora* de forma fugaz que no se han utilizado, pero que han servido para que ahora si podamos capturarlo, ahora si hay un estado de disponibilidad.

Los *momentos ahora* pueden darse cuando el marco terapéutico corre peligro.

Requieren de una respuesta nueva, personal, un estado afectivo compartido por ambos. Si esto se da producirá un *momento de encuentro*, donde se dará una nueva interacción intersubjetiva y un cambio en el *conocimiento relacional implícito* de ambos.

Por tanto un *momento ahora* que ha sido atrapado y reconocido mutuamente es un *momento de encuentro*, donde predomina un alto grado de empatía por las dos partes, una sintonía afectiva.

Los *momentos ahora* nos pueden llevar a una interpretación y estas nos pueden llevar a su vez a un *momento de encuentro*, siempre y cuando la interpretación lleve pareja un componente afectivo del terapeuta, sino es así, la interpretación cerrara simplemente un *momento ahora* y su efectividad será mucho menor de la que podría haber llegado a ser.

La transferencia y la contratransferencia no aparecen prácticamente en un *momento de encuentro*, aquí hay una presencia de dos personas que se experimentan mutuamente fuera de sus roles profesionales.

Otros destinos del *momento ahora*, si éste no se convierte en un momento de encuentro:

- Un *momento de encuentro* desperdiciado, una oportunidad perdida
- Un *momento ahora* fallido, que hace retroceder el curso de la terapia
- Un *momento ahora* reparado, si se sabe volver a ello puede haber reparación.
- Un *momento ahora* etiquetado, muy importante ponerles nombre para poder recuperarlos en otras ocasiones y trabajar con ellos, así no se pierden.
- Un *momento ahora* duradero, no se ha resuelto, pero tampoco se ha descartado, permanece flotando en el ambiente terapéutico hasta que se esté disponible para usarlo.

LA RELACIÓN IMPLÍCITA COMPARTIDA COMO EL AGENTE DE CAMBIO EN LA TERAPIA

El La *relación implícita compartida* es el *conocimiento implícito compartido* sobre una relación aparte y en paralelo a la de transferencia-contratransferencia. Cada sujeto tiene un conocimiento implícito de la relación, único para él y un espacio de solapamiento entre los conocimientos de ambos sujetos de la relación implícita. Este es el *conocimiento relacional implícito compartido*

La *relación implícita compartida* y la relación transferencial fluyen en paralelo, entremezclándose y prevaleciendo en ocasiones una u otra.

El cambio en el *conocimiento relacional implícito* del paciente se parecería a una recontextualización en el presente de su experiencia relacional pasada. La persona pasa a operar dentro de un panorama mental distinto.

A través de la terapia el *conocimiento relacional implícito* se irá convirtiendo en *conocimiento consciente explícito*.

COMENTARIO

A modo aclaratorio y esquemático, sin dudar de su reduccionismo, me imagino una secuencia como la siguiente:

Cambio en el ambiente intersubjetivo paciente-terapeuta > momento ahora (tratado adecuadamente) > momento de encuentro > cambio en el conocimiento relacional implícito + cambio en el ambiente intersubjetivo > nuevo ambiente intersubjetivo del que partir.

Tomada esta secuencia con una gran interrogación fruto de mi desconocimiento y mi reflexión en voz alta, yo me imagino el proceso de forma circular.

Es decir parece lógico pensar que el ambiente intersubjetivo habrá cambiado en mayor o menor medida fruto de una nueva reorganización del conocimiento relacional de cada uno, pues este ambiente intersubjetivo es parte de ese conocimiento relacional implícito. Claro es también que esta nueva reorganización y nuevo ambiente intersubjetivo no va a significar de nuevo un cambio tan significativo para ambos en la terapia que provoque otro nuevo momento ahora, pero sí influirá en posteriores momentos ahora, en su aparición y quizás en una elaboración más adecuada y fluida de ellos por ambas partes, que contribuirá en definitiva a un avance en el camino al cambio.

Entonces, dicho de otra manera, una experiencia bien resuelta, satisfactoria en la relación con el otro provoca un conocimiento implícito o explícito sobre este buen hacer que determinara de alguna manera las nuevas relaciones con el otro. Parece claro que “se estará mejor preparado” para futuras experiencias similares, pero ¿con una expectativa de éxito más alta que antes?

Esto me lleva a asociar con el mundo de la interpretación y me plantea una cuestión:

Un veterano actor de teatro, muy prestigioso por su buen hacer, “con muchas tablas”. Es decir con un determinado conocimiento relacional implícito, en este caso de la relación con sus distintos personajes y su expresión cara al público. Un actor que nunca ha fallado en escena, y aún así, desarrolla siempre días antes del estreno y momentos antes de salir a escena un pavor extremo, una cierta expectativa de fracaso en el escenario.

¿Por qué tiene esta expectativa, este conocimiento, implícito quizás, de fracaso? Si su experiencia, la que forma este conocimiento implícito, ha sido siempre satisfactoria.

¿Por qué el hacerle ver sus experiencias anteriores de éxito en escena no sirve?