
AVUI COMENTEM

Llibres

Revista Catalana de Psicoanàlisi, Vol. XXVIII/1

LA PRÁCTICA DE LA PSICOTERAPIA RELACIONAL. EL MODELO INTERACTIVO EN EL CAMPO DEL PSICOANÁLISIS

J. CODERCH

Madrid, 2010. Ágora Relacional

Aquest, esperem que de moment, últim llibre de J. Coderch significa moltes coses: el treball d'un autor amb molts anys d'experiència psicoanalítica, que segueix aprenent i obrint finestres a molts coneixements - com les neurociències, la filosofia del llenguatge, psicologia cognitiva, sociologia - a les noves aportacions psicoanalítiques, i és capaç també de qüestionar els conceptes; és a més un diàleg en què comparteix amb el lector les seves experiències clíniques, els seus interrogants, hipòtesis i la funció crítica tan indispensable per al pensament científic.

És també un treball on cristal·litza la seva pròpia veu: *es revela i es rebel·la*: *es rebel·la* enfront de la visió majoritària dins la psicoanàlisi i *revela* la seva evolució teòrica i pràctica, potser degut al convenciment que travessa el llibre des del títol fins al final: que la interacció és sempre present en la situació terapèutica, ja sigui a través de la paraula, dels gestos o del silenci. *"I per mi, aquesta interacció constitueix el cor de la pràctica analítica i*

psicoterapèutica en totes les seves formes” (p. 299). Entenc que el mot clau és el *cor*, perquè l'autor avisa de manera explícita que si oblidem això i actuem únicament com a posseïdors de la interpretació, pot ser que aquesta interacció, ignorada i desatesa, operi secretament i anul·li els esforços interpretatius i encara empitjori la situació del pacient. Coderch mostra que ha escoltat verament a fons els mots de Ferenczi: *Sense simpatia no hi ha curació*.

Des del seu primer llibre publicat el 1975 fins aquest, Coderch ha escrit, a més de molts articles, sis llibres, i això significa molta feina i una capacitat estudiosa, crítica i reflexiva perseverant, però és en aquest darrer text on transmet a qui llegeix la sensació d'algú que se sent més rejuenit i content. També regala bon humor, cosa que s'agraeix. La motivació per escriure'l és diversa: emfatitzar el convenciment que l'analista ha d'estar mogut per un perseverant desig d'alliberar el pacient dels seus patiments i també obrir el pensament d'aquells que tenen por de pensar lliurement (p. 161).

Impossible mencionar totes les idees que integren el volum, millor llegir-lo! Però sí que intentarem dir-ne almenys algunes. Estructura el llibre en set capítols. El primer tracta d'un tema molt actual: les vinculacions entre psicoanàlisi relacional i neurociència, i transmet de manera clara aquelles contribucions de la neurociència que recolzen a la teoria relacional dins la psicoanàlisi. Certament la bellesa del descobriment de les neurones en espill, de la plasticitat cerebral, l'impacte de l'inconscient no reprimint, de la memòria de procediment i els estudis sobre el self i la representació del self, entre d'altres, no poden quedar ignorats per ningú interessat en la cosmologia mental i repton el lector a integrar, rectificar i/o qüestionar conceptes de la psicoanàlisi, perquè com assenyala Coderch *“les disciplines científiques no posseeixen principis sagrats i inamovibles”*. L'autor emfatitza aquells descobriments de la neurociència que mostren el paper fonamental que les relacions entre els sers humans tenen per al desenvolupament del cervell humà i per al funcionament mental derivat de la seva activitat. A més, les investigacions actuals sobre la memòria i l'inconscient no reprimint toquen aspectes tan profunds per a qualsevol lector/a com la consciència moral o el misteriós “jo”, així com el problema de la complexitat de les relacions ment/cervell.

El segon capítol el titula *Diàleg, interacció i adaptació en el procés psicoanalític* i hi explora a fons les lleis bàsiques d'aquests processos. Considera que cada diàleg dins la sessió és una interacció entre els dos protagonistes del procés terapèutic, amb tota la càrrega de influències mútues que això implica; i és a favor d'un diàleg senzill i natural, lluny del que ell anomena *diàleg tipus ping-pong*, en què el pacient comunica i l'analista *interpreta com qui retorna la pilota* (p. 84). També manifesta la seva oposició a l'estil del terapeuta massa silenciós, ja que considera que els llargs silencis es basen en uns suposats axiomes que troba erronis. Quant a la *interacció*,

encara que el terme ja es troba en textos d'autors clàssics, és ara quan ocupa un espai cada vegada més ampli entre psicoanalistes i terapeutes. Ens descriu tres maneres com aquest concepte ha estat utilitzat dins la psicoanàlisi i assenyala que les investigacions sobre la interacció pacient/analista han conduït no sols a una nova forma de concebre el procés analític, sinó també a desenvolupar una teoria sobre el desenvolupament de la ment i de la seva patologia.

Per comprendre com es formen els models i esquemes mentals ajuda molt tot el llegit al capítol anterior, i recordar que el cadell humà interactua amb els cuidadors i és a través d'això com aprèn a regular les seves necessitats i estats. Després el subjecte anirà captant aquells trets, situacions i detalls de tota nova interacció amb el món que el rodeja que li corroborin les expectatives i captarà menys tot allò que va en contra d'aquesta confirmació. L'autor ens dona la bona notícia que els neurofisiòlegs estan, en general, d'acord que la consciència ha evolucionat en els sers humans i justament és la consciència la que pot rectificar els errors predictius del cervell.

Quant a necessitat d'*adaptació*, motivació bàsica i central del ser, Coderch ens transmet que per la teoria de la interacció, la psicopatologia és el resultat de la construcció d'esquemes mentals poc adaptatius, que donen lloc a interaccions conflictives amb els altres, originats per experiències amenaçadores i/o productores de patiments amb els primers cuidadors. Això impedeix la formació d'un self vigorós i estable. Acaba el capítol amb una il·lustració clínica entorn dels pensaments patològics i on s'aconsegueix canvis notables amb un tractament d'una sessió a la setmana.

Al tercer capítol situa en primer pla el caràcter terapèutic de la psicoanàlisi i descriu una síntesi del pensament de S. Ferenczi, de H. S. Sullivan - que mai no va acceptar la teoria pulsional de Freud - i de W. R. Fairbairn, per considerar-los com a creadors de l'orientació relacional en psicoanàlisi. El creixement d'aquest model és degut també a la importància que està agafant el concepte de *dèficit* versus el concepte freudià de *conflicte psíquic* i, gràcies al primer capítol, ara sabem que el *dèficit* psíquic està mantingut per un substrat neurobiològic-mental difícil de modificar amb els coneixements que ofereixen les interpretacions, però sí que hi ha canvis amb noves experiències de relació que creen nous circuits neuronals i anul·len vells esquemes; per això Coderch titula aquest capítol *La necessitat del model relacional*. A continuació exposa, de manera clara i amb cert humor, els diversos arguments que han comptat per fer-li abandonar la teoria pulsional i la seva manera d'entendre el concepte de transferència. Finalment exposa, punt per punt i molt clarament, les característiques diferencials del model relacional versus el tradicional en la terapèutica analítica.

El quart capítol el dedica a l'espai terapèutic i a la responsabilitat de l'analista en la construcció d'aquest espai intersubjectiu, on la relació és

asimètrica encara que igualitària. El model relacional dóna gran importància a l'esperit negociador en la relació pacient/terapeuta. Coderch exposa la seva posició davant aspectes com el "tu" o el "vostè", la seva actitud quan el pacient fa preguntes, la qüestió del nombre de sessions, la utilització del divan i el complex tema de l'autoritat de l'analista. En relació a aquest darrer punt ens transmet la diferència notable que existeix entre la perspectiva del model del conflicte intrapsíquic, que fomenta l'autoritat i el poder de l'analista ja que el fet de situar-se en una posició distant i de misteriositat anonimada afavoreix una imatge autoritària i d'oracle. En canvi en el model relacional l'autoritat de l'analista sempre és modulada per l'estil negociador, el reconeixement explícit de la pròpia fallibilitat i l'asimetria moderada. Finalment reflexiona sobre la crisi metateòrica de la psicoanàlisi i les estratègies vers ella.

Sense ser el més extens, el capítol V és el més intens perquè reflexiona a cor què vols sobre les *regles clàssiques de la psicoanàlisi: de l'anonimat, abstinència i neutralitat del psicoanalista com a participant observador*. Pensa que aquells moderats principis terapèutics aconsellats per Freud s'han convertit, amb el pas del temps i també pel desig de transformar la psicoanàlisi en un mètode empíric-natural i la sessió analítica en una situació experimental, en unes regles estrictes i inamovibles que pretenen convertir l'analista en un científic que observa un objecte extern. Les conseqüències d'això és que s'obstaculitza el desenvolupament psicoanalític tant en la seva teoria com en la seva aplicació. Per tant, considera imprescindible conèixer a fons tota l'enorme complexitat que es troba en els conceptes mencionats per així poder-los modular i aplicar a l'esperit i pràctica del model relacional.

Són quaranta pàgines on exposa amb rigor arguments que conviden a pensar a fons sobre el que anomena *imperi de les regles*. Per començar, assenyala que en tractar amb persones cal parlar de *pràctica* i no de *tècnica*, ja que aquest últim mot es refereix a realitzacions instrumentals o dirigides a objectes materials, afegint que en la tècnica no hi ha creativitat personal perquè arriba ja programada; quant a l'anonimat de l'analista, considera que és una il·lusió creure que pugui quedar ocult perquè des del primer moment el pacient comença a observar-lo, i Coderch pregunta com pot ser possible que els processos psicològics de dues persones que durant anys es troben juntes dialogant en una relació tan íntima com és la díada analítica, no s'influeixin mútuament i recíprocament; però a més, el descobriment del sistema en espill del cervell ho refuta sobre bases objectives. Creu que la dificultat a acceptar la contínua interacció pacient/analista reposa en tres mites: el mite de l'analista suficientment analitzat, el mite que el procés analític cursa exclusivament a nivell verbal i el mite de la distinció absoluta entre el mètode psicoanalític i qualsevol altra forma de psicoteràpia.

Però la realitat és que tot el que l'analista fa o no fa, diu o no diu, és una revelació de si mateix encara que no ho vulgui. Acollint la seva experiència clínica, investiga la història de cada concepte i mostra les ambigüitats en

molts d'ells. Coderch dialoga amb autors clàssics i contemporanis, amb els que discrepa i amb els que està d'acord, i així obre per al lector un ventall ampli de pensaments diferents i analitza pas a pas cada regla per argumentar en què es basa la seva posició: que en la clínica l'obligació ètica de l'analista és ajudar el pacient. I afegeix: com més artificial, rígid i frustrant és el *setting*, més sentiments d'ansietat i frustració desperta en el pacient i més artificial és la transferència. En canvi, com més senzill, amable i similar al context social del pacient sigui, més es possibilita que s'organitzi la situació analítica.

De fet el capítol VI se suma a les qüestions analitzades al V, però ara el dedica a tres aspectes: *l'enactament*, *l'autorevelació* i *metes de la psicoanàlisi*. Quant a *l'enactament*, considera que les experiències acumulades de molts psicoanalistes i les aportacions d'altres disciplines han fet impossible continuar mantenint la tesi de l'absència d'interacció entre pacient i analista. Per tant, aquest terme dona una finestra d'aire fresc al corrent tradicionalista de la psicoanàlisi i ajuda també els analistes relacionals a veure acceptada la interacció pacient/analista. Això pot explicar la ràpida difusió del terme. L'autor explora el concepte a fons i entén el procés psicoanalític com un *enactament* continuat. Quant a la *revelació* i *auto/revelació* (i és ben difícil diferenciar aquests termes!), pensa que són pocs els que neguen la seva existència en el procés psicoanalític i la seva utilitat en determinades ocasions. Creu que ocultar la pròpia personalitat davant del pacient és una il·lusió, perquè cada vegada que un analista interpreta dona a conèixer al pacient el contingut i la forma del seu pensament, és a dir, *auto/revela* la seva ment i estil. I el que no interpreta és també demostratiu.

Els escrits psicoanalítics sobre aquest tema han augmentat molt en poc temps i la majoria d'autors admeten l'existència de la revelació i auto/revelació en el curs del procés psicoanalític. Coderch assenyalava que molts d'aquests treballs avaluen més si és o no és una *vertadera anàlisi* que si beneficia o no el pacient, i afegeix que aquesta actitud planteja un problema greu per al futur de la psicoanàlisi i separa, amb valuoses excepcions, els psicoanalistes de les altres ciències. El que ell proposa és que l'analista desenvolupi un sentiment de llibertat i flexibilitat que li permeti elegir entre la possibilitat d'utilitzar o no l'auto/revelació, però no com una regla en cap dels dos casos, ja que aquesta és una de les qüestions en què hom ha de pensar per si mateix guiat pel que pot ser millor per al pacient i no per si és o no és analític. A més, dona informació sobre la seva manera de treballar amb aspectes que no es troben en d'altres llibres de pràctica clínica. Quant a les metes de la psicoanàlisi, diu clara la seva postura: la meta és terapèutica perquè els pacients vénen a la cerca de minvar el seu patiment.

Titula l'últim capítol *La relació pacient-analista com agent terapèutic* perquè es centra en la idea que aquesta relació té una força en si mateixa per produir modificacions psíquiques. Després de mencionar tots els diversos

grups de psicoanàlisi existents ara, l'autor es posiciona: els canvis que de manera lenta i progressiva ha anat introduint en la manera de comprendre i tractar els pacients han estat clarament positius. La perspectiva de la relació com a agent terapèutic proposa una situació que faci sentir al subjecte que és algú amb opinions i criteris que mereixen respecte i són dignes de reflexió; en definitiva, s'allunya de les regles *per a tots els pacients* i afavoreix mantenir la flexibilitat que permet crear un procés propi i singular.

Dóna una importància fonamental a la personalitat de l'analista i anomena els trets centrals de la relació terapèutica: en primer lloc l'analista com un *objet bo* i això per Coderch significa que és senzill, que admet la seva fal·libilitat i està disposat a parlar amb el pacient dels propis errors i limitacions; que es comporta dins de l'habitual en el context socio-cultural; que no és distant ni fred i d'altres aspectes que va detallant. Aquest *bon objet* genera sis funcions que l'autor exposa curosament i així permet comprendre l'espai humà que es respira a la sessió, fent innecessàries les repressions, ja que aquestes no cauen del cel.

Aquest és el capítol amb més il·lustracions clíniques, que mostren la manera de treballar de l'autor i donen més llum per comprendre els diferents aspectes que va descrivint: l'analista com a bon objecte, l'actitud terapèutica basada en la investigació, les intervencions confirmatives i l'auto/revelació. A més, emfatitza la llibertat verbal del terapeuta a fi d'oferir la major ajuda possible perquè el pacient pugui viure més satisfactòriament. Comparteix amb el lector l'estil que tenia S. Mitchell en tractar d'ajudar a desenvolupar l'autèntica subjectivitat de cada pacient i la seva manera d'entendre el fet d'interpretar. També ens transmet el sentit dels *moments de trobada* i acaba el llibre amb el que considera el cor de la pràctica analítica.

En definitiva, en integrar diverses disciplines crec que Coderch fa seves aquelles línies de Ramón y Cajal que diuen: *Sabem poc i el que sabem és entre tots*. Hom es pregunta què fa que hi ha autors que evolucionen en les seves idees i praxis, que es nodreixen de noves fonts, que es qüestionen i obren ulls i orelles als nous descobriments tractant així d'ampliar i, si cal, modificar i enriquir el seu camp de treball, i d'altres no. No tinc la resposta, però la ciència i la vida són continus canvis i tot aquell coneixement que pretén ser científic ha d'acceptar ser constantment sotmès a examen i revalidat. Encara que sovint als humans canviar d'idees ens costa.

En acabar el llibre queda sobretot la consideració profunda vers el pacient. Hi ha quelcom que es troba entre línies: l'estima vers qui pateix, un sentiment que es troba en alguns autors que tant valora Coderch, i també penso en l'escocès I. D. Suttie, que ja als anys trenta del segle XX escrivia en el seu llibre *The Origins of Love and Hate* (1934): *A la Terra no hi ha odi, sinó un amor transformat en odi, i a l'infern no hi ha fúria, sinó un bebè desdenyat*.

Aquest és un llibre que s'agraeix perquè interroga, i que recomano a tots els psicoterapeutes i psicoanalistes, a les persones que treballen amb pacients i a aquells estudiants de l'àmbit de la salut que mantenen ferm i vigorós el seu desig de conèixer i qüestionar, perquè és un text que repta qualsevol lector a pensar.

Recensió: Blanca Anguera

LA MUJER TEMBLOROSA

SIRI HUSTVEDT

Barcelona, 2010. Ed. Anagrama, 232 pp.

Siri Hustvedt, novel·lista de professió, s'endinsa en aquest llibre en la relació existent entre el cos i la ment, oferint-nos punts de vista molt interessants sobre el món de la neurologia. I ho fa a partir del desconcert que li genera una vivència: mentre parlava en un homenatge al seu pare, ja mort, comença a tremolar del coll en avall d'una manera descontrolada i molt visible, però en canvi, pot seguir parlant clarament i acabar el seu discurs. En fer-ho deixa de tremolar.

El llibre és una crònica del seu camí per diferents professionals de la neurologia, la psiquiatria i la psicoanàlisi. Ella comenta que el que va començar com una curiositat davant els misteris del seu sistema nerviós, que ja li havia fet alguna "mala passada", i la seva ment, es va acabar convertint en una passió intensa. De fet, abans del primer tremolor ja participava en un grup d'estudi sobre neuropsicoanàlisi. Això és, al meu entendre, el que transmet el llibre: apassionament que s'encomana a mesura que avances en la seva lectura.

Mentre intenta trobar el seu diagnòstic, i lluita per comprendre's i esbrinar si aquests tremolors són una conversió histèrica o un atac d'epilèpsia, es va fent preguntes sobre les diferents aportacions científiques que descobreix. Cercant respostes, s'apropa a la neurologia, la filosofia, la psicoanàlisi, la psicologia i altres disciplines, d'una manera clara i ben estructurada. Reflexiona sobre el que va esbrinant i ens acosta, fent un ampli recorregut, a diferents teories; i, allunyant-se d'un reduccionisme, abraça un material ric, interdisciplinari i polèmic. Un treball fet amb cura, per algú curiosament no pertanyent a cap professió mèdica, que ens ofereix als professionals valuoses crítiques i reflexions.

És un llibre que sedueix, ja que l'ofici de l'autora li permet expressar vivament, però d'una manera molt erudita, una experiència personal dolorosa, amb la qual el lector empatitza, i acaba acompanyant-la en el seu reflexiu camí.

De tota manera, al meu entendre, el contingut del llibre té el risc d'acabar dispersant el lector i allunyar-lo de la idea central. Les cites són tan nombroses i àmplies, com contraposats els continguts, amb l'afany, ja comentat, d'incloure un gran nombre de perspectives, totes "fonamentades teòricament". De fet, aquest sembla ser un dels seus objectius, obrir portes a la reflexió a partir d'una idea que es va repetint en el llibre: les teories no es poden defensar i atacar en la seva totalitat, perquè probablement totes siguin parcials. "Convertir-les en dogmes pot tornar cec l'individu".

És interessant quan es planteja, per exemple, a partir d'un somni seu, la teoria de Freud sobre els somnis. Com va argumentant si poden tenir significat o no, a partir del que autors de diferents disciplines han opinat al respecte. Descriu acuradament les disputes "científiques" i mostra un cert to irònic, que utilitza sovint en el llibre, quan mostra la seva sorpresa pel fet que després de tants anys encara es torni a discutir la possibilitat o no que sí que tinguin un significat i es faci, en reunions científiques, amb tanta càrrega emocional. Però a la vegada, d'una manera molt honesta, es defineix personalment argumentant el camí que l'ha portat a la seva opinió afirmativa. I això és el que va fent mentre el llibre agafa forma i avança, en l'intent de saber més, a partir de l'interès que li susciten nous plantejaments. Crec que aquesta és una aportació valuosa del llibre.

S. Hustvedt va anar fent nombroses conferències i es va adonar que els seus tremolors es repetien, que no havien estat un fet fortuït i en aquest procés introspectiu que va fent descobreix que, darrere la manifestació somàtica hi ha una emoció, la por. Té por, i necessita controlar-la, dissociar-la per poder seguir parlant, malgrat tot.

L'autora comenta com n'és de difícil separar la nostra personalitat i els nostres estats d'ànim de les creences, les idees i les teories que sustentem. Això em fa pensar que també és difícil sostreure-ho del que et crida l'atenció quan llegeixes un llibre, o bé on poses l'accent quan fas una recensió.

Per tant, posant en alerta el lector de la subjectivitat de la tria, destacaré algunes de les preguntes que en aquest devesall d'opinions es va fent S. Hustvedt: Quants dels seus records són distorsions o producte d'una imaginació tan vívida que acaben semblant reals? Quin paper té el llenguatge en la construcció dels records conscients? Com es relacionen els canvis a nivell neuronal amb els canvis a nivell psicològic? Quin paper té la memòria en els processos de conversió de la histèria? Com afecta en l'individu la "hiperactivitat" de les neurones mirall? I així un munt de plantejaments més.

És a partir d'una dualitat: què hi ha de psicològic i què de neurològic en la seva simptomatologia, que entrellaça les diferents idees científiques amb els seus sentiments, inquietuds, pors i incerteses. I arriba a la conclusió que si tota percepció respon al sistema nerviós d'un individu, si aquest és troba dins un cos particular i aquest cos es relaciona amb un medi determinat i estableix uns tipus de vinculacions diferents amb aquest medi, cap connexió neuronal estudiada pot ser "pura" de laboratori.

La història de la dona tremolosa és, doncs, la narració d'un fet que es va anar repetint en la vida de l'autora i que va adquirir múltiples significats en considerar-ho des de diferents perspectives. Apunta, d'una manera realista, que segurament són múltiples els factors que juguen en l'aparició dels seus tremolors, i defensa la necessitat de conviure amb una malaltia crònica, no triada, acceptant una part "discapacitada" d'ella mateixa, que li cal assumir com una part de la pròpia identitat.

Recensió: Montserrat Guàrdia