

con > vivencias

La conexión emocional de la pareja

Desde la perspectiva psicoanalítica relacional

Pere Llovet i Planas

La conexión emocional de la pareja

con > vivencias 40

Pere Llovet i Planas

La conexión emocional de la pareja
Desde la perspectiva psicoanalítica relacional

Traducido del catalán por Manuel León Urrutia

Octaedro 

Colección Con vivencias

45. *La conexión emocional de la pareja desde la perspectiva psicoanalítica relacional*

Título original: *La connexió emocional de la parella*, Octaedro, 2010.

Traducido del catalán por Manuel León Urrutia con la revisión del autor

La traducción de esta obra ha contado con la ayuda del Institut Ramon Llull

 **institut
ramon llull**
Lengua y cultura catalanas

Primera edición en papel: enero de 2016

Primera edición: abril 2016

© Pere Llovet i Planas

© De esta edición:

Ediciones OCTAEDRO, S.L.

Bailén, 5, pral. - 08010 Barcelona

Tel.: 93 246 40 02 - Fax: 93 231 18 68

www.octaedro.com - octaedro@octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra

ISBN: 978-84-9921-756-7

Diseño de la cubierta: Tomàs Capdevila

Diseño, producción y digitalización: Editorial Octaedro

A Isabel, Marc, Sofia y Helena.

PRÓLOGO

Es para mí un honor que Pere Llovet me haya pedido un prólogo para su nuevo libro *La conexión emocional de la pareja desde la perspectiva psicoanalítica relacional* editada por Octaedro. Comparto con Pere muchas inquietudes e intereses en el ámbito de la psicología de las relaciones familiares, y desde que he tenido la oportunidad de leer la primera versión de este libro, veo que también compartimos dudas y preguntas similares respecto de los conflictos y trastornos de las relaciones de pareja.

Para una buena parte de terapeutas que trabajan en el ámbito de la salud mental, las relaciones de pareja son un verdadero misterio. Partimos del principio de que las relaciones de pareja son complejas y que los factores involucrados actúan a diversos niveles. Las influencias pueden ser sociales, culturales o económicas y todas ellas tienen un papel importante. A pesar de ello es el patrón emocional del individuo, su manera de ser, y sobre todo la manera de interactuar con la personalidad del otro, lo que determinará la respuesta en la relación. Y es con este aspecto de las relaciones conyugales con lo que el terapeuta de pareja debe trabajar.

Guillermo Teruel, psicoanalista venezolano formado en la Tavistock de Londres, afirmaba que si utilizáramos exclusivamente conceptos basados en la psicología del inconsciente para determinar si un matrimonio es feliz o no, tendríamos factores de gran valor y relevancia sobre la dinámica del conflicto o de la felicidad de la pareja, pero caeríamos en un exclusivismo infértil (Teruel, 1974). En la Unidad Asistencial de Pareja y Familia de la Fundación Vidal i Barraquer de Barcelona, seguimos pensando que la teoría de las relaciones objetales nos permite penetrar con más profundidad en la dinámica de las relaciones de pareja y así poder entender su complejidad, pero otras teorías, otras maneras de mirar la pareja, también nos permiten acercarnos a su comprensión. Para poder ayudar a una pareja que sufre, necesitamos entender qué es lo que les pasa a los dos miembros de la pareja en su interacción, necesitamos entender el vínculo que los une y la patología del vínculo que los separa.

Por nuestro modelo, el de las relaciones de objeto, nos interesa la forma en que las relaciones humanas se desarrollan desde el principio, en la infancia, y cómo estas primeras experiencias son la base de toda relación posterior y por tanto son la base de las futuras relaciones de pareja. Pero sin duda no es la única manera de aproximarse a esta realidad. Y no me refiero solo a la diversidad de modelos fuera del psicoanálisis como las variantes de los modelos sistémicos, humanistas o cognitivos conductuales, sino dentro del mismo psicoanálisis. En efecto, dentro de la misma Sección de Pareja y

Familia de la Federación Europea de Psicoterapia Psicoanalítica en la que Pere Llovet tiene un papel destacado o en la Asociación Internacional de Psicoanálisis de Pareja y Familia, coexisten varios modelos, como el de la escuela francesa (con enfoques suficientemente diferenciados como los de Lemaire, Kaeser o Eiguer), la escuela británica (desde las relaciones objetales al *attachment*) o el psicoanálisis relacional, como el que nos describe Pere Llovet en este libro. Sin olvidar los diversos modelos de las escuelas argentinas bastante diferentes, como el de Pichon Riviere o el de Isidoro Berenstein y Janine Puget.

Pero no podemos olvidar que durante muchos años el psicoanálisis, salvo casos aislados, se negaba a tratar dos miembros de la misma familia a la vez. Fueron Clarence P. Oberndorf en los años treinta y Bela Mittelman en los cuarenta, los que publicaron casos de matrimonios tratados con el método psicoanalítico, atendiendo el mismo analista a los dos miembros del matrimonio en conflicto. Ellos pensaban que se obtenía un cuadro mucho más completo y claro de la realidad, con la excelente oportunidad de observar las reacciones complementarias de los dos individuos durante el tratamiento psicoanalítico. Oberndorf practicaba la «psicoterapia diádica consecutiva» que consistía en tratar primero a uno de los miembros de la pareja y, una vez había terminado el tratamiento, comenzaba el otro, con las dificultades que ello comportaba, como la larga espera del segundo cónyuge, las fantasías y expectativas que pueden desarrollar cada miembro respecto del tratamiento del otro, etc. (Oberndorf, 1938).

Mittelman practicaba la «psicoterapia concurrente», tratamiento individual de los dos miembros de la pareja por el mismo terapeuta, pero simultáneamente en el tiempo, intentando solucionar las desventajas de la psicoterapia consecutiva, pero dejando al descubierto las dificultades transferenciales y contratransferenciales que las dos informaciones simultáneas podían provocar en los dos tratamientos (Mittelman, 1948).

Otros terapeutas como Martin, en los cincuenta, diseñaron tratamientos con dos terapeutas diferentes tratando cada uno a un miembro de la pareja, manteniendo los dos terapeutas frecuentes intercambios de observaciones y opiniones sobre los respectivos tratamientos. El mismo autor denominó esta técnica «estereoscópica» (Martin, 1953).

Sin duda es la aportación de H.V. Dicks y su *Marital Tensions* la que abre una nueva manera de tratar las parejas. Dicks trabajó en terapia conjunta en la Tavistock de Londres, como un método terapéutico en el que los dos miembros de la pareja son entrevistados conjuntamente por el mismo terapeuta, el cual trata el síntoma como un indicador de la disfunción del sistema de internalización de la pareja. En una primera etapa la técnica de la terapia era la de *foursome* o grupo de cuatro, con una pareja de terapeutas y la pareja que consultaba. Más tarde desarrolló conjuntamente con Teruel la terapia conjunta triádica. Guillermo Teruel, después de un tiempo de trabajar con la técnica del *foursome*, comenzó a entrevistar a la pareja él solo, sin co-terapeuta. Pronto se mostró como una técnica adecuada después de un tiempo de entrenamiento para un terapeuta experimentado que tuviera formación en terapia individual y terapia de grupo. La terapia conjunta aportaba varias ventajas como que incrementaba el diálogo entre los dos componentes de la pareja, permitiendo al terapeuta la observación directa de los dos

miembros con la posibilidad de evaluar mejor las partes sanas de la díada favoreciendo el análisis de la transferencia de pareja.

En este tipo de terapia de pareja el terapeuta asume un papel activo y su principal instrumento es su capacidad interpretativa. Para Teruel, la forma de controlar la fuerza destructiva de una pareja son las interpretaciones adecuadas y la lenta adquisición del *insigth*, «mediante la introyección o internalización de lo que el terapeuta hace y representa para la pareja en términos de su interacción en el matrimonio» (Teruel, 1970).

Desde entonces, el trabajo psicoterapéutico con parejas ha ido desarrollándose y ampliándose con aportaciones de todas las escuelas citadas, británica, francesa, argentina, etc., sin olvidar las aportaciones del grupo italiano, representado por Anna Maria Nicoló, o el grupo norteamericano, representado por David Sharff.

El trabajo con parejas en conflicto es una tarea altamente especializada y debería ser realizada por especialistas en la materia. Poco a poco la sociedad va tomando conciencia de lo que supone el deterioro de la realidad familiar y el impacto que puede provocar en los hijos. No es fácil ejercer de terapeuta de pareja. El trabajo presenta dificultades por la contratransferencia, es decir, por la repercusión que los conflictos de los pacientes pueden tener sobre el terapeuta ya que remueven constantemente su propia problemática matrimonial y familiar. Sería acertado imponer limitaciones y darse cuenta de los mecanismos contratransferenciales cuando estos superan su utilidad terapéutica y obstaculizan la comprensión del fenómeno humano observado. Por eso es tan importante la formación específica, el trabajo en equipo y la supervisión, porque es la mejor manera de trabajar con garantías las dificultades que todo tratamiento de pareja conlleva.

Pere Llovet, autor de este libro, se ha formado en la teoría psicoanalítica y ha ido profundizando en las diferentes teorías relacionales que le han permitido un estilo propio e integrador lejos de cualquier dogmatismo. Gracias a este proceso personal ha podido desarrollar una gran capacidad para tratar a parejas y a familias así como mantener una capacidad docente y de investigación encomiables. Su manera de entender las parejas y su manera de intervenir quedan muy bien reflejadas en este libro, en el que destaca su profundo conocimiento de la obra de Sigmund Freud y de los autores del psicoanálisis relacional. Pero también impresiona su amplia cultura filosófica y su conocimiento de las neurociencias aportando una visión holística muy interesante desde el ámbito de la biología y de las ciencias políticas y sociales.

La primera parte de la obra, titulada «Las etapas de la pareja», incluye cinco capítulos dedicados a las fantasías de la pareja, la elección de pareja, el enamoramiento, la formación de la pareja y el desarrollo de la pareja. Estoy convencido de que el lector disfrutará con esta primera parte, en la que Pere Llovet introduce de forma brillante cada uno de estos cinco temas. Personalmente sigo muy interesado en el constructo «elección de pareja», una temática en la que el Dr. Antoni Bobé, cofundador de la Fundación Vidal i Barraquer y de la Unidad de Pareja y Familia, fue un pionero. Quiero aprovechar este espacio para agradecer a Antonio Bobé, maestro y supervisor de psicoterapeutas de pareja, su labor durante los últimos 50 años. Antoni Bobé murió el 7 de julio de 2014, pero siempre estará en nuestro recuerdo.

La segunda parte, titulada «Los condicionantes de la Pareja y el Psiquismo», está dedicada a la pareja en la cultura y el papel de la biología. Como ya hemos comentado, son unos capítulos donde el autor se aproxima de forma muy erudita a todos estos condicionantes que a veces no se tienen en cuenta y que son importantes para aproximarnos a una visión global de la pareja.

Y la tercera parte, titulada «La clínica psicoanalítica de la pareja», es un interesantísimo compendio de la psicopatología y la psicoterapia de la pareja. Me ha interesado mucho su redefinición del constructo colusión que comparto completamente y la importancia del diagnóstico que como el mismo Pere Llovet hace constar, no trata de descubrir patologías sino de comprender lo que hace sufrir a la pareja.

La propuesta de tratamiento que hace el autor me hace sentir como Monsieur Jourdain, de *El burgués gentilhomme* de Molière, cuando descubre que, cuando habla, lo hace siempre en prosa. Leyendo el capítulo 9º me he sentido terapeuta de pareja relacional. Tampoco es tan extraño. Desde la publicación del libro de Jorge Tizón *Apuntes para una psicología basada en la relación* (Tizón, 1982), siempre he entendido el psicoanálisis como el estudio de la interacción y las relaciones humanas, desde la relación madre-padre-hijos hasta la relación terapeuta-paciente. Evidentemente tenemos también puntos de vista divergentes, o quizás, matizando, diría formas de intervenir diferentes. Estoy de acuerdo con Pere Llovet en que hay que ser flexible en el *setting* y que el tratamiento debe adaptarse a cada pareja y cada situación, pero yo desaconsejo abusar de las entrevistas individuales. La experiencia de nuestro equipo nos muestra que en la gran mayoría de intervenciones con las parejas no ha sido necesario intervenir individualmente. Y las veces que hemos hecho entrevistas individuales no siempre han servido para mejorar la situación terapéutica. Es cierto que la mayoría de los terapeutas sistémicos y muchos de orientación psicoanalítica combinan las entrevistas individuales con las de pareja, pero el «riesgo del secreto» y el riesgo de alianza individual (que uno de los pacientes en una entrevista individual te confíe un secreto que no quiere que su pareja conozca) convierte al terapeuta en cómplice de este secreto y lo puede colocar en una posición poco terapéutica.

Estoy convencido de que este libro permitirá abrir debates interesantes y fomentará pensamiento nuevo y creativo en los terapeutas de pareja. Sin duda esta es una obra indispensable para todos aquellos que quieran comprender los trastornos de las relaciones de pareja y una guía para los terapeutas que quieran intervenir eficazmente en estos conflictos.

CARLES PÉREZ TESTOR
Barcelona, julio de 2014

Referencias bibliográficas

Dicks, H.V. (1967). *Tensiones matrimoniales*. Buenos Aires: Hormé, 1973.

- Martin, P.A.; Bird, H.W. (1953). «An approach to the psychotherapy of marriage partners: the stereoscopic technique». *Psychiatry*, vol. 16: 123-127.
- Mittelman, B. (1948). «The concurrent analysis of married couples». *Psychoanaly Quaterly*, vol. 17: 182-197.
- Oberndorf, C.P. (1938). «Psychoanalysis of married couples». *Psychoanalytic Review*, vol. 25: 453-475.
- Teruel, G. (1970). «Nuevas tendencias en el diagnóstico y tratamiento del conflicto matrimonial». En: Berenstein, I. y cols. *Psicoterapia de pareja y grupo familiar con orientación psicoanalítica*. Buenos Aires: Galerna.
- Teruel, G. (1974). *Diagnóstico y tratamiento de parejas en conflicto: psicopatología del proceso matrimonial*. Buenos Aires: Paidós.
- Tizón, J. (1982). *Apuntes para una psicología basada en la relación*. Barcelona: Hora.

> **AGRADECIMIENTOS**

Quiero agradecer a varios maestros y supervisores los conocimientos que me han permitido escribir este libro. También quiero mencionar a los compañeros de los equipos y asociaciones de las que he formado o formo parte y agradecerles sus diversas contribuciones. A todos ellos les menciono a lo largo del texto. Sin embargo, tengo un agradecimiento especial para María Ignacio y Luis Lalucat, que no menciono en el texto, pero sin los cuales no lo habría escrito.

INTRODUCCIÓN

Este estudio parte de la idea de que la «conexión emocional» es el fenómeno central de la pareja. Sin embargo, surgen enseguida muchas preguntas. ¿Cómo debemos entender esta expresión?, ¿de qué depende?, ¿cómo se crea y cómo se mantiene?, ¿es duradera o bien tenemos que aceptar que solo es momentánea?, ¿cuál es su relación con la felicidad, o quizás es un sinónimo de esta? Estas son las preguntas a las que intentaré aportar argumentos, ya que no creo que haya respuestas, al menos no respuestas definitivas, universales y válidas igualmente para todos.

Los argumentos que expondré provienen del psicoanálisis, pero no únicamente. La pareja no es un fenómeno únicamente psicológico. De hecho, no pienso que el propio psiquismo sea exclusivamente psicológico, en el sentido de depender solo de sí mismo o tener un funcionamiento independiente de su contexto. La pareja es también un fenómeno cultural, regulado culturalmente. No solo el matrimonio (su forma más regulada), sino también la convivencia y las relaciones iniciales de las parejas se practican de acuerdo con preferencias, convicciones y otras referencias culturales. La pareja es también un fenómeno biológico en sentido amplio, una necesidad vital. Incluye no solo la sexualidad, sino la relación de confianza en la que se comparten la mayor parte de las áreas y, en todo caso, las esenciales. La necesidad de seguridad implicada en las relaciones hace que todo el organismo esté implicado.

Pero volviendo al psicoanálisis, dentro de esta escuela hay muchas tendencias. En este estudio veremos los conceptos del llamado psicoanálisis relacional. Sin embargo, siempre que sea posible, me referiré a Freud, ya que es el punto de referencia más conocido, tanto dentro como fuera del ámbito profesional, y es también el punto a partir del cual se explican mejor las otras corrientes. Freud tiene expresiones memorables sobre las preguntas que nos hacíamos al principio. En una carta sobre el sentimiento de felicidad, un amigo suyo le decía que se encontraba en el amor a Dios, en el que se obtenía un «sentimiento oceánico». Freud le respondió que él también creía que la felicidad era un sentimiento oceánico, pero no comparable al amor a Dios, sino a la «culminación amorosa». Para él, eran los dos sentimientos más similares. No obstante, también le decía que ambos no pueden sino ser momentáneos. Esperamos que en estas páginas tengamos una idea más duradera del amor y la conexión emocional.

La conexión emocional

La expresión «conexión emocional» se utiliza a menudo en el mundo de la asistencia en salud mental y en las conversaciones corrientes con sentidos diferentes. Podemos referirnos a la conexión de una persona consigo misma o en la que se produce entre dos personas.

En la asistencia en salud mental se utiliza este concepto para referirse a la conciencia que tiene una persona (paciente) de su mundo interno. Es uno de los indicadores importantes para hacernos una idea de lo que le sucede y cómo se le puede ayudar. Mayormente, se refiere a la conciencia de las propias emociones, pero también se refiere al contacto con aspectos de la personalidad.

El concepto de «conexión emocional» es casi fundacional del psicoanálisis, así que lo explicaré refiriéndome a los primeros estudios de Freud. En su época, predominaba una concepción de los trastornos mentales como estados incomprensibles, sin lógica, que solo podían ser explicados por anomalías cerebrales. Freud identificó varios tipos de desconexión. La primera y más célebre es la desconexión entre la conciencia y el inconsciente. Tanto las manifestaciones típicas de los trastornos mentales como otros fenómenos psíquicos (como los sueños) contenían pensamientos y emociones que no podían ser admitidas en la conciencia, quedando reprimidas en el inconsciente. El segundo tipo de desconexión que Freud observó es la que se produce entre los pensamientos e imágenes, por una parte, y los sentimientos y las emociones por otra (dando por supuesto que, originalmente, los pensamientos y las emociones forman una unidad).

Dentro del gran valor que tiene su obra, aquí quisiera destacar que, evidenciando que se producían desconexiones dentro del psiquismo, Freud modificaba sustancialmente la distinción radical vigente en la psiquiatría¹ entre «normalidad» y «patología». Freud encontró que estas desconexiones también se encontraban en la mente sana, tal como reflejaban las producciones culturales. Así, la desconexión entre consciente e inconsciente era patente en obras filosóficas o literarias que aluden a la ignorancia del hombre sobre sí mismo. Igualmente, la desconexión entre la razón y los sentimientos, característica de los trastornos mentales, se reflejaba también en la cultura mediante esculturas, filosofía, literatura y otros. Con estos y otros argumentos neurológicos, Freud postuló que la diferencia entre la normalidad y la patología no era «esencial», sino de magnitud, de qué áreas afectaba y qué efectos tenía.

La pareja

La desconexión emocional también se produce entre personas. Referido a la pareja, este es el fenómeno que mayormente intentaremos comprender. Los tipos de desconexión son esencialmente los mismos que se producen dentro de un mismo individuo, aunque toman otras formas.

En unos casos, uno de los miembros de la pareja es consciente de unas cosas que el otro no tiene o rechaza de su mente. La profunda influencia que ejercen el uno sobre el otro puede llegar a determinar que lo que uno no piensa o siente, tampoco lo llegue a

pensar o sentir el otro, al menos de forma consciente. También sucede que ambos se distribuyan de manera radical la función de pensar y la de sentir. Así, hasta cierto punto, ambos parecen formar una sola mente. Con seguridad, nos damos cuenta de una parte de esta influencia, pero no de toda su magnitud.

La pareja es considerada uno de los campos más difíciles de la psicoterapia. Las razones son diversas y pueden ser explicadas de muchas maneras que iremos viendo. Es, en todo caso, una de las modalidades terapéuticas más recientes. Una de las razones es que la influencia mutua forma un mundo en sí mismo en el que ciertos pensamientos o emociones son completamente predominantes mientras otros quedan totalmente excluidos. Esta influencia mutua genera tanto bienestar como malestar, pero este en particular tiende a ser excluido de la conciencia y del pensamiento compartido. El efecto de esta exclusión pueden ser fenómenos patológicos, cuyo origen solo puede ser reconocido por la pareja modificando la actuación de las desconexiones mencionadas.

Dos investigadores estadounidenses, Gurman y Frankel (2002), hicieron un amplísimo estudio que incluía numerosas encuestas a profesionales y revisiones de investigaciones sobre las problemáticas subyacentes a las consultas de salud mental. Cuantificaron en un 40% el número de tratamientos en que las problemáticas de pareja tenían un papel relevante y, sin embargo, los motivos de consulta habían sido otros (trastornos individuales de adultos, infantiles o familiares).

Aunque lo veremos con mayor detalle, una de las razones principales de este fenómeno es que las tensiones de la pareja se «soportan» (mejor o peor), pero tienen efectos profundos sobre sus miembros y los que dependen de ellos. Otra razón es que la pareja se convierte en un puntal básico en el equilibrio psicológico de sus miembros. Así, si esta no responde suficientemente a las necesidades psicológicas, se crean varios tipos de déficits y conflictos internos y externos. Sin embargo, el mundo en sí mismo que forma la pareja, evita, disfraza o descuida los conflictos mediante las «desconexiones», razón por la cual son los individuos quienes sufren los efectos de las tensiones y piden asistencia.

Como he dicho, la atención psicoterapéutica a la pareja es muy reciente, lo que se explica en parte por lo que hemos dicho, pero también por la propia historia del tipo de atención que ha recibido. El hecho de que el apareamiento esté altamente regulado por la cultura mediante costumbres e instituciones sociales (como el matrimonio) ha hecho que el tipo de atención que tradicionalmente han recibido las tensiones de pareja se haya basado en las normas sociales y morales o las leyes. La interpretación psicológica o psicopatológica de estos conflictos ha sido, pues, tardía, no solo debido a la evolución de los conocimientos en este ámbito, sino también porque la enfermedad mental ha sido (y es todavía) un estigma social. Así, solo se consideraba necesaria la atención psicoterapéutica si había síntomas psicopatológicos muy evidentes y graves.

Más tarde, la desaparición de la distinción radical entre «patología» y «normalidad» que aportó el psicoanálisis facilitó que los consejeros matrimoniales no se fundamentaran únicamente en la moral y las costumbres e introdujeran la visión psicológica y psicoterapéutica. Esta nueva orientación de la atención a la pareja se inició

a partir de los años 70, si bien se realizaba mayormente incluida dentro del campo de la atención familiar. Lo veremos con más detalle, pero de momento mencionaré las referencias que me son más cercanas.

Una de las referencias más influyentes es la clínica Tavistock, de Londres, donde se formó el *Family Discussion Bureau* para atender a los cada vez más frecuentes conflictos de familia y pareja en el contexto de los profundos cambios culturales que se iniciaron en los años 70. Un tiempo después, siguiendo este camino y enfoque, la Fundación Vidal i Barraquer y la Asociación Catalana de Psicoterapia Psicoanalítica (ACPP) introdujeron la atención psicoterapéutica en la pareja en Barcelona. La tercera referencia, directamente relacionada con la elaboración de este estudio, fue la creación de la Sección de Pareja y Familia de la Federación Europea de Psicoterapia Psicoanalítica (EFPP), en la que participé.

La perspectiva psicoanalítica relacional

Dentro de la diversidad de corrientes del psicoanálisis, la llamada *relacional* tiene una gran influencia en el campo de la pareja. Veremos las razones a lo largo de este estudio. De momento solo explicaré las características principales de esta corriente.

El psicoanálisis relacional está formado por tres tradiciones principales. Dos de ellas tienen su origen en el núcleo psicoanalítico húngaro, del que Sándor Ferenczi es el miembro más destacado. A raíz de la persecución judía, muchos de sus miembros emigraron a Estados Unidos, donde desarrollaron las tradiciones llamadas *intersubjectivistas* o también *contextualistas*, de las que tomaré como referencia a Robert Stolorow; y el *psicoanálisis del self*, iniciada por Heinz Kohut y desarrollada por Stephen Mitchell. Estas tradiciones habían mantenido cierta continuidad en Europa, pero recientemente han tomado una gran fuerza. Esta influencia me llegó a través de IARPP y algunos miembros de la Sociedad Española de Psicoanálisis, coincidiendo con el período en que asumí la delegación española (AEPP) a la nueva Sección de Pareja y Familia de la Federación Europea (EFPP).

La tercera tradición del psicoanálisis relacional surge de la teoría del *attachment* y fue iniciada por John Bowlby, vinculado al grupo de Tavistock. Su obra trata fundamentalmente el campo infantil y tiene puntos de contacto con la epistemología genética de Jean Piaget, con quien mantuvieron intercambios. Podríamos decir, pues, que es la corriente relacional europea y he ido conociéndola desde varios ángulos. Hace poco más de una década, se ha desarrollado también en el campo de los adultos y, especialmente, en el campo de la pareja.

Las tres tradiciones relacionales coinciden en postular que el psiquismo se orienta hacia la relación con los demás y que no podemos entender su desarrollo sin tener en cuenta la influencia de las relaciones. No niegan la importancia de los factores internos ni la mayoría de las hipótesis de Freud, pero discrepan sobre este punto «relacional». Así, mientras Freud explica la conexión emocional interna (dentro de la persona), el psicoanálisis relacional explica la conexión entre las personas. Como es obvio, esta idea

hace que la perspectiva relacional sea especialmente adecuada para el campo de la pareja.

La concepción del psiquismo y de la pareja

Tanto por mi formación como por la adecuación a los ámbitos en los que he trabajado, siempre me ha interesado incluir los factores biológicos y sociales en la concepción del psiquismo.

Entre las diversas teorías que han elaborado este tipo de visión, mencionaré, en primer lugar, la Teoría General de Sistemas (TGS), que en los años 70 se desarrolló con fuerza en el ámbito de la salud mental. Algunos de estos desarrollos son también llamados «ecológicos», siguiendo la huella del título de uno de los textos fundacionales: *Pasos hacia una ecología de la mente*, de Gregory Bateson (1972). Estos enfoques contemplan el psiquismo dentro de su contexto, con una vertiente biológica y otra social. Entre otras visiones similares, mencionaré el situacionismo, que tiene continuidad en el actual contextualismo.

Un cambio de gran trascendencia fue la gran revolución psiquiátrica que se produjo de los años 60 a los 80, que fue tanto de orden práctico como teórico y estuvo muy influenciada por el psicoanálisis. Mi primera experiencia en salud mental fue justamente en esta transición en el llamado «Instituto Mental» de la Santa Cruz y San Pablo, un «manicomio» como ya no existen en nuestro entorno. Uno de los hitos de esta evolución fue el nuevo paradigma de salud formulado por la OMS en la Declaración de Alma-Ata (1978), que integró las tres vertientes biológica, psicológica y social de la salud general y la mental en particular. En el campo de la pareja, este enfoque es especialmente relevante ya que, por una parte, el emparejamiento ha sido siempre fuertemente regulado por la sociedad: desde las primeras costumbres de los grupos humanos primitivos hasta la regulación jurídica del matrimonio. Por otra parte, el apareamiento tiene un indudable componente biológico: implica la reproducción de la especie y el ejercicio de la sexualidad. Así, aunque el apareamiento tiene sus fenómenos específicos, estos se entienden mejor situándolos en estos contextos más amplios.

A menudo se afirma que todo estudio refleja la visión particular de su autor. Asumiendo esta certeza, he optado por hacer explícitas las circunstancias en que conocí tal o cual concepto, como ya he hecho en las líneas anteriores. Estas explicaciones darán el contexto de las ideas que expongo. En este sentido, explicaré que, cuando me propusieron hacerme cargo de la delegación a la nueva Sección de Pareja y Familia, tuve un cierto sobresalto ya que, aunque tenía experiencia específica con parejas, no me consideraba un experto. Sin embargo, me fui dando cuenta de que muchas de mis experiencias profesionales se referían a la pareja, como señala el estudio de Gurman y Frankel. Efectivamente, mi trabajo de años con niños y adolescentes había conllevado necesariamente trabajar con las parejas parentales. También, en la atención clínica y psicoterapéutica de adultos, emergen a menudo las problemáticas de pareja. Finalmente, las supervisiones de otros profesionales y las actividades preventivas con padres o

educadores, comportan tratar a menudo de las relaciones de pareja, aunque no sean el centro de atención. Así, este encargo me llevó a revisar, desde la óptica específica de la pareja, conocimientos y experiencias de varios campos, incluido algún trabajo bastante anterior (Llovet, 1988), y me hizo ver la multitud de efectos que esta genera. Las relaciones de pareja extienden pues su influencia mucho más allá de lo manifiesto, razón por la cual, a lo largo de este estudio, a menudo no hablaré explícitamente de la pareja, pero sí de fenómenos que tienen una íntima relación o influencia sobre ella.

¹. Recordemos que *psyche* e *iatros* significan «mente anómala o enferma».



PRIMERA PARTE

Las etapas de la pareja

1. LAS FANTASÍAS DE PAREJA

Todos los humanos sabemos que antes de formar pareja, incluso si nunca llegamos a hacerlo, tenemos una fantasía sobre ella. Estas son «las fantasías» por excelencia, las más reflejadas en la pintura, la literatura y demás artes, y también las que llamaron la atención de los primeros psicoanalistas. Nunca antes se había planteado su estudio científico, más interesado por la realidad, y las fantasías se caracterizan justamente porque no reflejan el mundo real, sino del interior.

No obstante, las fantasías tienen cierta relación con la realidad, ya que contienen los deseos y los miedos de lo que nos puede deparar. Como es básico, incluso inevitable, que nos preparemos para que se realice lo que deseamos o lo que tememos, las fantasías tienen siempre una gran carga emocional. Este fue el descubrimiento de los primeros psicoanalistas que estaban investigando las causas de los trastornos mentales. En su estudio de las fantasías descubrieron también que, además de las fantasías conscientes que todos reconocemos, hay fantasías inconscientes dotadas de una gran carga emocional que ejercen mucha influencia sobre el psiquismo. A raíz de este estudio, pronto surgió la polémica sobre la relación entre las fantasías y la realidad.

La época de la vida más característica de las fantasías es la infancia, el terreno donde se han estudiado más. Como las fantasías adultas, reflejan el mundo interior (los deseos y los temores), pero también reflejan, o representan, la realidad, el mundo exterior. Las fantasías infantiles son conocidas y nos hacen reír porque reflejan dificultades y errores en la construcción de la representación mental de la realidad. Si seguimos su trayectoria, vemos que van evolucionando hasta dejar de ser fantasías y convertirse en representaciones más o menos fieles de la realidad.

El psicoanálisis ha estudiado intensivamente las fantasías que se forman en la mente del bebé, por lo que se han convertido también «las fantasías» por excelencia. Este estudio causó grandes polémicas con otras escuelas psicológicas, entre las que destacó la mantenida con la Epistemología Genética de Jean Piaget. Este debate fue muy rico y contiene observaciones e hipótesis sobre aspectos esenciales del psiquismo. Un hecho relevante para el estudio de la pareja es que las primeras fantasías se originan en el contexto de la relación madre-bebé, la llamada «díada primaria» que, de hecho, es la primera experiencia de pareja que tenemos. Así, las posteriores fantasías de pareja (adolescente o adulta) contienen algunos elementos formados en estas primeras fantasías.

El momento más característico en que se forman las «fantasías» por excelencia, las de pareja, es la adolescencia, una etapa en la que se experimentan cambios sustanciales que alteran la relación con el contexto y, por tanto, cambian la realidad en la que se vive. Por la gran incertidumbre y carencias que conllevan estos cambios, las fantasías tienen un papel muy importante y expresan claramente los deseos y temores, especialmente en el área de la vinculación emocional, una de las más afectadas. Con algunas diferencias, esta situación también se produce en los adultos que han sufrido una ruptura de pareja o tienen una relación insatisfactoria, lo que explica que en estos casos también haya una abundante producción de fantasías.

1.1. Las fantasías inconscientes: la teoría traumática y la teoría instintiva

Hasta los primeros estudios psicoanalíticos, el pensamiento científico no había concedido ninguna importancia a las fantasías ni tampoco a los sueños, otra de las aportaciones fundamentales del psicoanálisis. El interés de la ciencia por conocer la realidad de la manera más exacta y objetiva posible, había hecho despreciar estas producciones psíquicas, caracterizadas precisamente por su deformación de la realidad y falta de objetividad. Algunas fantasías eran consideradas meros entretenimientos para distraer o descansar la mente de las preocupaciones de la vida real. Otras fantasías, muy diferentes de las anteriores, eran consideradas signos de perturbación o enfermedad mental y se rechazaba la idea de que pudieran tener ninguna lógica o sentido, ya que lo que expresan parece, justamente, ilógico o sin sentido. La relación de las fantasías con la realidad fue uno de los primeros debates del psicoanálisis. Para comprender mejor este debate, nos remontaremos a su origen.

En las primeras investigaciones sobre las causas de la histeria, Freud (Breuer y Freud, 1885) halló que las pacientes relataban haber sido objeto de una seducción sexual. A causa del dolor psíquico que había provocado, este suceso había sido reprimido y recluso en el inconsciente y solo podía ser restituido a la conciencia mediante la hipnosis (que suprimía la represión) o un cuidadoso y paciente trabajo psicoterapéutico. Más tarde, sorprendido por el hecho de que estos relatos se repitieran invariablemente en todos los casos, Freud pensó que no podían corresponder a sucesos reales, sino a fantasías. Se preguntó cuál podía ser la fuerza psíquica que las producía y llegó a la conclusión de que esta tenía que ser, lógicamente, el instinto sexual. La hipótesis de Freud fue que, dado que tenían carácter sexual, eran moralmente inaceptables, razón por la cual eran rechazadas de la conciencia. Substituyó así la anterior «teoría del trauma» por la «teoría libidinal» o «instintiva» (Freud, 1905). Esta fue la primera teoría dentro del mundo científico que reconocía el valor de las fantasías y su origen en los instintos y condujo a la teoría del psiquismo estructurado en tres instancias: el Ello (donde se representan los impulsos instintivos), el Superyó (donde se representan las nociones morales, los ideales y los valores de la persona) y el Yo (donde reside la conciencia, la voluntad, las capacidades y el gobierno del comportamiento).

Sin embargo, la hipótesis de la fuerza de los instintos sexuales en el psiquismo fue violentamente rechazada por las sociedades médicas (más con argumentos morales que científicos) y también por algunos que anteriormente habían colaborado con Freud (como Breuer, coautor del trabajo de 1885). Otros psicoanalistas, entre los que tomaré como referencia a Sandor Ferenczi (1873-1933), se mantuvieron en la teoría del trauma, pensando que, en las histerias, había efectivamente sucesos reales, si bien su recuerdo emergía en la conciencia deformado por el intenso impacto emocional y el conflicto interno que creaban con el Superyó.

Esta fue la primera diferencia que se produjo entre el «modelo intrapsíquico» de Freud, que atribuía las fantasías a la fuerza de los instintos dentro del psiquismo, y por tanto las desvinculaba de la realidad externa, y el «modelo relacional» de Ferenczi, que las continuó vinculando a hechos reales sucedidos en las relaciones, y por tanto a fuerzas exteriores al psiquismo, aunque este deformara el recuerdo. A pesar de esta diferencia, en el mundo psicoanalítico quedó sólidamente establecida la idea de la enorme influencia de las fantasías inconscientes en el psiquismo, capaz de deformar la percepción de la realidad y condicionar el comportamiento.

1.2. Las fantasías de la díada primaria y la disociación

Para comprender posteriormente las fantasías de pareja, veamos cómo continuó la investigación sobre las fantasías en general. Más tarde, en *Más allá del principio del placer* (1920), Freud sustituyó la primera teoría instintiva por una segunda. Mientras la primera postulaba que las pulsiones básicas o instintos eran el de supervivencia de la especie, o sexual y amoroso; y el de supervivencia del individuo, o agresivo, en la segunda eran el de amor (Eros) y el de muerte (Thánatos). El cambio substancial fue que mientras antes consideró que el impulso agresivo se dirigía hacia el exterior, con el fin de preservar al individuo, ahora consideraba que también podía dirigirse contra el propio sujeto.² Esta fue la teoría sobre la que Melanie Klein (1882-1960) desarrolló su estudio del psiquismo primitivo del bebé y las primeras fantasías inconscientes.

En el trabajo *Notas sobre los mecanismos esquizoides* (1946), Klein expuso la idea de que el bebé forma dos fantasías inconscientes de la madre. Una es la «buena», la que está presente y satisface sus necesidades de alimento y otras. La segunda fantasía es la de la «madre mala», la que está ausente y no satisface estas necesidades.³ Puesto que las fantasías son producto de las pulsiones, Klein postuló que la fantasía de la madre buena tiene el carácter del Eros: amorosa y solícita, hacia la cual el bebé experimenta este mismo tipo de sentimientos. La otra fantasía tiene el carácter mortífero del Thánatos: la madre ausente, que no satisface las necesidades, hacia la que el bebé experimenta sentimientos destructivos. Estos caracteres benigno y maligno de las fantasías primitivas se trasladan a las posteriores relaciones en las que naturalmente se dan situaciones de satisfacción y frustración, entre ellas, las de pareja. Pero continuemos por el momento

con el curso que siguieron las primeras investigaciones, donde hallaremos otros conceptos fundamentales.

En el mismo trabajo, Klein formulaba la noción de «disociación» para referirse al mecanismo que mantiene separadas estas dos representaciones mentales opuestas de la madre, cargadas de sentimientos contrarios. A medida que el psiquismo se desarrolla, la fantasía destructiva es reprimida en el inconsciente, ya que el bebé no reclamaría a la madre, ni podría aceptar su cuidado y alimento, si su representación consciente de ella estuviera conectada y contaminada por los impulsos destructivos.⁴ Nuevamente podemos referirnos brevemente a la pareja, en la cual las fantasías derivadas de las frustraciones tienden a ser reprimidas ya que dificultan la relación.

Partiendo de las ideas de Klein, Susan Isaacs (1948) estudió la función de las fantasías, y elaboró el concepto esencial de «contención», que posteriormente se ha aplicado ampliamente. Según Isaacs, las fantasías «contienen» los impulsos destructivos delimitando su alcance y evitando que contaminen la representación mental de la madre «buena», lo que es esencial para que el bebé establezca vínculos positivos con ella. Por otra parte, la contención permite que las fantasías evolucionen y maduren con la confrontación con la realidad, como una especie de incubadora de las representaciones mentales.

Otra característica esencial de las fantasías es su carácter omnipotente, que se explica por la fuerza de las pulsiones. En sus inicios las fantasías son, pues, extremas, sin límites, y representan o bien un estado de felicidad o de destrucción completas. Esta es una característica esencial que encontramos en las fantasías adolescentes y adultos de pareja antes de los primeros encuentros o en sus momentos iniciales y el enamoramiento. El funcionamiento psicológico primitivo esquizoide y disociado (o «emocionalmente desconectado») de la primera fase del desarrollo psíquico continúa predominando en las patologías graves (psicóticas). En el psiquismo normal se mantiene latente, pero se activa (inconscientemente) en determinadas situaciones altamente emocionales, si bien los efectos de la activación dependen también del grado de desarrollo psíquico y de la existencia de mecanismos defensivos más evolucionados.

Veamos el debate que se produjo con otras escuelas psicológicas, en el cual podremos comprender mejor el carácter emocional de estas fantasías. Entre ellos destacó el debate mantenido con Piaget, que refutó que el psiquismo de antes de los 8 meses de edad pudiera construir representaciones mentales tan complejas. Esta fue una de las cuestiones que traté en la tesis de licenciatura en la Universidad de Barcelona (Llovet, 1976), dirigida por Alberto Campo.⁵ Llegué a la conclusión de que lo que Klein llamaba «fantasías» son básicamente estados sensitivos y emocionales, en los que se producen imágenes según el grado de maduración. Antes de los 8 meses, estas imágenes son necesariamente todavía muy difusas. No se puede negar, pues, que sean «representaciones mentales», pero corresponden a su estadio más incipiente. Esta cuestión es importante porque los adultos niegan tener fantasías primitivas como las descritas por Klein, pero dependiendo de la carga emocional depositada en una relación, pueden experimentar estos estados emocionales de forma, en gran parte, inconsciente.

Por lo tanto, la utilización de este término produce confusión, especialmente en el diálogo con otras disciplinas. Por esta razón, el psicoanálisis las llama, en lengua francesa, «fantasma».

Volviendo a los cambios de la teoría instintiva de Freud (1905, 1920), algunos psicoanalistas no las aceptaron, y por tanto tampoco la teoría de Klein, e interpretaron de forma completamente diferente las fantasías destructivas. Entre ellos mencionaré a John Bowlby (1907-1990), fundador de la tradición que he llamado europea del psicoanálisis relacional. De momento me limitaré a señalar que su hipótesis fue que las fantasías y relaciones agresivas no provienen de la pulsión de muerte (que refuta), sino que son reacciones a la frustración. Es una concepción completamente diferente y característica del pensamiento relacional. En primer lugar, la frustración es un sentimiento derivado del instinto de supervivencia del individuo (remite a la primera teoría instintiva de Freud). En segundo lugar, la hipótesis relacional no atribuye las reacciones destructivas a una causa interna (como es la pulsión de muerte), sino a una causa externa como es la necesidad adaptativa (la caza, la defensa). Así, el caso de la autodestrucción masoquista que llevó a Freud a la formulación de la pulsión de muerte es interpretado como una reacción secundaria al exceso de dolor o a fijaciones patológicas que no son generalizables. En el mismo sentido debemos interpretar las reacciones agresivas e incluso destructivas en las relaciones de pareja, como veremos más adelante.

Finalmente, reflejaré la contribución específica sobre las fantasías de la pareja adulta de Alberto Eiguer, muy apreciado,⁶ sobre la interacción que se produce entre las fantasías inconscientes de los miembros de la pareja («interfantasmaticización»). Así, las fantasías inconscientes de cada miembro no proceden únicamente de sus impulsos internos, según se deduce del modelo intrapsíquico, sino de la interacción entre ambos. La interfantasmaticización es pues una hipótesis profundamente relacional y un fenómeno complejo sobre el que volveremos más adelante.



Figura 1. *El beso*, de Edvard Munch.



Figura 2. *El amor*, de Gustav Klimt.

1.3. Las fantasías en la adolescencia y los estados de necesidad e incertidumbre

Al inicio de este capítulo he mencionado que la adolescencia es la etapa en la que se forman las primeras fantasías de pareja adulta. Un breve análisis de la adolescencia nos permitirá comprender las características de estas fantasías. Quiero observar que tienen similitudes con las de los adultos actualmente sin pareja o con una relación insatisfactoria, ya que la situación emocional es similar.

La adolescencia se caracteriza por ser un estado de carencia e incertidumbre. El estado de carencia se produce porque en el tránsito de la infancia a la adultez se abandonan los puntos de referencia anteriores y los nuevos todavía son débiles y no satisfacen suficientemente las necesidades. La incertidumbre surge de la preocupación por la adquisición y consolidación de las nuevas referencias y, más en general, por el futuro. Ambos estados impulsan la formación de fantasías, lo que nos indica que, como en el bebé, cumplen la función de compensar carencias en la realidad actual y construir una visión del porvenir.

Tomaremos como referencia el texto de Aberastury y Knobel (1968) *La adolescencia normal*, un clásico en esta materia. Estos autores caracterizaron la adolescencia como una etapa en la que se producen diversas pérdidas, con los correspondientes procesos psicológicos de duelo que veremos brevemente. Mencionaré las fantasías que acompañan a cada tipo de duelo, pero los autores señalan el carácter general omnipotente

y muy idealizado de las fantasías adolescentes, tanto en el sentido positivo (imágenes de grandiosidad y prepotencia), como negativo (imágenes de aniquilamiento e impotencia). Los duelos son:

- la pérdida del cuerpo infantil,
- la pérdida de la identidad infantil,
- la pérdida de los padres infantiles.

La pérdida del cuerpo infantil es la más obvia y explica la gran sensibilidad adolescente hacia todo lo que se le relaciona: su aspecto, su funcionalidad, etc. Así, el proceso de duelo es el de la despedida del cuerpo anterior y el reconocimiento, aceptación y apropiación del nuevo. Los cambios más significativos son los derivados de la maduración sexual. Como hemos visto anteriormente, las fantasías se originan en los instintos; por tanto, las que se derivan de la maduración sexual, tienen este carácter.

Ya que el cuerpo es la sede de la identidad, los cambios corporales implican duelos también en esta otra área. Emerge pues una forma completamente nueva de relacionarse con los demás y consigo mismo, que conlleva sentimientos de despersonalización, tanto en la esfera corporal como en la de la identidad. Los cambios corporales son bastante repentinos, por lo que se producen reacciones defensivas de ocultación e inhibición.

Los autores relacionales (Andrew Morrison, Rosa Velasco) han remarcado que la emergencia de nuevos aspectos de sí mismo provocan sentimientos de vergüenza o sus contrarios: reacciones defensivas de desvergüenza, que tratan de suprimirla rápidamente con atrevimiento, exhibicionismo o conductas psicopáticas. Estos sentimientos y reacciones también se producen en el área de la identidad.

En la formación de segundas parejas también se produce un proceso de duelo por el cuerpo anterior (si bien en menor medida), también en las dos vertientes interpersonal (obvia) e interna (menos obvia), ya que la relación corporal con el otro conlleva una cierta acomodación de la imagen del cuerpo propio.

Las fantasías derivadas del duelo por el cuerpo infantil contienen sentimientos de gran vitalidad e imágenes de potencia corporal, pero también de sus contrarios: de desvitalización e insuficiencia. Algunos autores han señalado que la transformación corporal real puede decepcionar la expectativa y el deseo del adolescente (su ideal del Yo), lo que constituye un duelo en sí mismo que se añade a los tres anteriores. La anorexia es una de las patologías en las que observa este conflicto entre las fantasías de cambios corporales y la realidad de estos (Velasco, 2010).

Uno de los relatos paradigmáticos que reflejan las fantasías de los cambios corporales del adolescente es *La transformación*, de Franz Kafka (1916).⁷ Como recordaremos, el protagonista, Gregor Samsa, de 23 años, sufre una transformación corporal súbita en insecto. No puede continuar con su vida anterior y es rechazado por su familia, que ya no lo reconoce como una persona. Finalmente muere de inanición y la familia borra su recuerdo. Es sin duda el relato de un duelo y de las fantasías de aniquilamiento.

FRANZ KAFKA
DIE VERWANDLUNG



DER JÜNGSTE TAG ★ 22/23

KURT WOLFF VERLAG · LEIPZIG

1 9 1 6

Figura 3. Portada de la primera edición de *La transformación*, de Franz Kafka.

El segundo duelo es el de la pérdida de la identidad infantil. Como ya he mencionado, el duelo corporal conlleva duelos en la identidad, por lo que aquí especificaré solo las diferencias.

A diferencia de los cambios corporales, los de la identidad no son visibles y repentinos, sino internos y graduales. Así, la transformación es discontinua, con progresiones y regresiones, lo que puede producir «fracasos de la personificación», o dificultades de consolidar una idea estable de sí mismo. Nuevamente hay que señalar la doble vertiente interna e interpersonal: la transformación del sentimiento íntimo de sí mismo y de la manera de relacionarse con los demás, ambos son graduales, con progresiones y regresiones. En algunos momentos, el adolescente tiene la fantasía de ser ya plenamente adulto, y en otros, tiene la fantasía de ser aún un niño. Así como en los adultos que forman segundas parejas, los duelos por las otras pérdidas son sensiblemente menores, el duelo por la pérdida de la identidad anterior puede ser muy acentuado.

Finalmente, la adolescencia representa también la pérdida de los «padres infantiles», o padres protectores. Ciertamente, es el propio adolescente quien lleva la iniciativa. No solo renuncia a la protección de los padres, sino que la rechaza activamente, ya que para él, representa una falta de reconocimiento de su crecimiento y el estancamiento o el retorno al estado infantil. Sin embargo, el proceso de este duelo es marcadamente discontinuo, con progresiones o momentos de rechazo de la protección, y regresiones, en la que se vuelve a reclamar la protección parental. Las fantasías asociadas a este duelo abarcan un amplio abanico: desde imágenes y sentimientos de autosuficiencia, hasta la negación (inconsciente) del crecimiento y la recreación imaginaria de momentos de la infancia pasada. Nuevamente, estas fantasías son marcadamente omnipotentes, tanto en sentido positivo como negativo.

El proceso de duelo por los «padres infantiles» es más sensible que los otros al establecimiento de nuevas relaciones y, en particular, de una relación de pareja. El hecho de compartir sentimientos de intimidad con otro aporta seguridad y facilita el abandono de la protección parental. No obstante, las fantasías tienen aquí un papel determinante y pueden conducir a grandes choques con la nueva realidad. En la atención clínica se observa que, en los estados de necesidad propios de las relaciones de pareja insatisfactorias, se forman fantasías muy idealizadas de una nueva pareja. Los casos más extremos son los de parejas que han iniciado sus relaciones de forma virtual, por Internet. Más adelante nos extenderemos sobre las fantasías específicas del enamoramiento. Por el momento, señalemos que las frustraciones de las relaciones de pareja llevan a imaginar realidades radicalmente diferentes, sin reconocer la propia participación en la construcción de esta realidad.

1.4. Las fantasías de pareja

Veamos algunas viñetas que ilustran las fantasías de pareja y el estado adolescente. La primera es la de una adolescente de 13 años que tenía por costumbre dibujar escenas diversas de su vida cotidiana (reuniones de amigas, actividades extraescolares, familiares, etc.). Coincidiendo aproximadamente con los primeros indicios de maduración adolescente, comenzó a dibujar escenas bucólicas (playas, montañas, puestas de sol, etc.) en las que solo aparecía una chica sola, en actitud contemplativa. Cuando le comenté que la chica del dibujo estaba sola, contestó que ella lo prefería, añadiendo (aparentemente para sí misma): «nadie la comprende».

Unas semanas más tarde, la chica del dibujo ya no estaba sola sino acompañada de un chico. «Nadie en concreto, todo son personajes imaginados», me dijo, añadiendo «Queda mejor que sean dos. Gozan más del paisaje». «¿Los dos disfrutan de este paisaje?», inquirí. «Claro, si no, no tiene gracia», dijo. Unas semanas más tarde, en el dibujo, el chico reposaba el brazo sobre su hombro.



Figura 4. *Memories on the shore*, de Irene Celic.

Esta viñeta ilustra en primer lugar que la maduración sexual había cambiado el contenido de sus fantasías. También que su expresión «nadie la comprende» era una clara manifestación de las pérdidas y los sentimientos de soledad. Ilustra también el

efecto «contenedor» señalado por Isaacs, ya que el deseo se «aloja» dentro de la fantasía. Los siguientes dibujos, en los que ya no está sola sino acompañada de un chico, muestran que el deseo se elabora en el interior de este contenedor que son las fantasías. Por otra parte, las fantasías sirven tanto para proteger el deseo de la mirada ajena, como para comunicarlo, compartirlo y llevarlo finalmente a la realización. Las fantasías evolucionan, pues, en un proceso de acomodación y asimilación de la realidad, con transformaciones internas y transformaciones del entorno.

La segunda viñeta es la de una chica de 18 años, estudiante de primer curso de bachillerato, que vino a la consulta acompañada por su madre. El motivo principal de la consulta eran los episodios de angustia que padecía, que, según ella y su madre, parecían ser causados por los exámenes y porque no sabía qué estudios realizar a continuación.

En la serie de visitas siguientes (ya sin su madre) fue revelando lo que pensaba y explicó que había conocido un chico que le gustaba. No obstante, en sus círculos de amigas se relataban escenas sexuales de todo tipo, incluyendo violencia, que la estremecían e interferían en la relación con él. Cuando salían juntos, de golpe le venían a la mente las imágenes que contaban las amigas y empezaba a sentirse mal con el chico, a pesar de que ni tenían relaciones ni estaban cerca de tenerlas. También pensaba que esto le sucedería siempre, hasta el punto de que se planteaba «retirarse de este mundo» (como decía ella) e ingresar en una orden religiosa. Me explicó que había guardado para sí misma estos últimos pensamientos, ya que creía que sus amigas los encontrarían «horrorosos». De hecho –añadió– ella misma se sorprendía y se avergonzaba de estos pensamientos, que consideraba anacrónicos.

En el proceso terapéutico posterior, continuó explicando estos conflictos internos, remarcando lo importante que era poder hacerlo. Las fantasías evolucionaron hasta ajustarse más a lo que realmente podía suceder entre ella y el novio y ella podía asumir sin espanto. Tiempo después, se reía de sí misma, de cómo había creído lo que explicaban sus amigas y como ella misma había exagerado los detalles hasta convertir en espantosas aquellas fantasías.

Esta viñeta ilustra nuevamente que las fantasías «contienen» los impulsos instintivos y deseos inconscientes. A diferencia del caso anterior, en este había dos fantasías opuestas: la de las relaciones sexuales y la del aislamiento para evitarlas, lo que nos remite a las primeras ideas de Freud sobre el conflicto entre las fuerzas instintivas y las instancias morales o normativas. También quisiera resaltar que muestra que el origen de las fantasías no es exclusivamente interno, sino que contiene elementos de la realidad externa, en este caso, las explicaciones de las amigas.

Finalmente, la tercera viñeta es la de un paciente que explicaba que, al principio de la adolescencia, se había quedado encantado con la visión de sus padres leyendo un libro y escuchando música clásica plácidamente. Esta imagen había quedado grabada en su memoria con tanta fuerza que más adelante, cuando conocía chicas, le venía a la mente y se imaginaba reproduciendo aquella escena con la chica que tenía delante. Si este recuerdo-fantasía se mantenía, se sentía bien con aquella chica. En caso contrario, se sentía decepcionado y empezaba a pensar que con ella no conseguiría ni este ni

probablemente otros deseos que tenía para su futuro. Con el tiempo, olvidó aquella fantasía y se casó.

No fue sino mucho tiempo después cuando, estando en la misma situación del recuerdo (leyendo un libro con su mujer y escuchando música clásica), de repente, emergió la antigua fantasía. En la sesión terapéutica, se preguntaba si, a pesar de que la había olvidado durante tanto tiempo y, aparentemente, no había influido en sus relaciones, esta fantasía había continuado operando en su mente, ya que finalmente, había escogido de tal forma que la fantasía se había cumplido.

Esta viñeta da pie a exponer la cuestión de la predeterminación que ejerce el inconsciente en nuestro desarrollo, algo muy debatido en psicoanálisis. En este caso, el paciente no se pregunta si estaba predestinado a reproducir la pareja de sus progenitores, sino si el deseo contenido en el recuerdo-fantasía había continuado «trabajando» y guiando su conducta inconscientemente hasta convertirse en realidad. Creo que es parcialmente acertado, pero añadiría que, probablemente, este resultado final no se produzca por una fuerza oculta. Al contrario, la fantasía contiene tendencias internas y preferencias que existen tanto si se manifiestan explícitamente como si no. Sin duda estas preferencias se traducen en las incontables interacciones entre sus personalidades, decantado la elección y la adaptación mutua. Así pues, no es tanto que haya una fuerza oculta, sino que en la interacción se expresan de manera implícita las tendencias internas y se conocen, también de manera implícita, las tendencias del otro. En los capítulos siguientes, nos extenderemos sobre estas cuestiones.

². El cambio fue debido al intento de explicar la autoagresión en el masoquismo. Hay otras razones que no explicaré aquí.

³. De ahí el término esquizoide, que en griego significa «dividido». En psiquiatría se refiere a los pacientes cuya mente está en estado de división, compartimentada.

⁴. En una obra memorable, Bruno Bettelheim (1976) explicó que los personajes malvados de los cuentos infantiles, tales como lobos, ogros, madrastras, brujas, etc. corresponden a estas fantasías inconscientes de «madre mala» y deben mantenerse disociadas de la madre real. En un trabajo anterior (Llovet, 1978) expliqué una experiencia de aplicación terapéutica de esta idea de Bettelheim realizada en el centro Horizon de Ginebra con la colaboración de Chantal Krayenbühl y el apoyo de Francisco Palacio Espada, supervisor del centro.

⁵. Alberto Campo era un psicoanalista argentino (IPA) que había estado en Ginebra, donde investigó con Jean Piaget, y después se instaló en Barcelona. Tenía pues un conocimiento profundo de su obra y, a pesar de no ser profesor universitario, aceptó dirigir mi tesis. Al volver yo de Ginebra, fue mi supervisor principal durante muchos años. Con su carácter desenfadado, decía que no se había puesto de acuerdo con Piaget porque, haciendo observación de niños, se fijaban en cosas diferentes.

⁶. De origen argentino, ha sido profesor de la Universidad de París. Es fundador de la AIPCF, docente habitual de la FVB y del EFPP y las asociaciones vinculadas.

⁷. Obra conocida habitualmente como *La metamorfosis*. Jordi Llovet Pomar ha argumentado que el título original alemán *Die Verwandlung* se traduce por *La transformación*, ya que existe el vocablo alemán específico *Metamorphose*, que Kafka no utilizó.

> 2. LA ELECCIÓN DE PAREJA

Los motivos de elección de pareja es uno de los temas más debatidos y más difíciles de generalizar. Hay variables individuales y también culturales; algunas las reconocemos, otras no y actúan sin que nos demos cuenta. La lista puede extenderse infinitamente: lo que hemos fantaseado antes de establecer la primera relación amorosa, lo que nos atrae poderosamente, el tipo de comunicación o relación que establecemos, la sensación de familiaridad o de novedad que experimentamos, el proyecto de vida que pensamos que podemos realizar con el otro. Todas estas son cuestiones que a veces se plantean anticipadamente y otras veces emergen más tarde, pero en todo caso son relevantes.

Freud escribió sobre la elección de pareja, ya que es un tema que está en la encrucijada de muchas otras cuestiones importantes. Pensó que esta elección obedecía a motivos inconscientes, lo que no representa ninguna contradicción esencial con la creencia popular, que siempre ha remarcado la vertiente irracional de esta elección, a menudo para recomendar que se contraste con razonamientos. El modelo de elección más conocido de Freud es el edípico, basado en una de las hipótesis más célebres de la teoría psicoanalítica. Elaboró también un segundo modelo, basado en el tipo de vinculación que se establece con el otro, que es conocido como «narcisista» y ha sido muy fructífero, dando lugar a varias ramificaciones.

John Bowlby, aunque mantuvo una discrepancia fundamental con el modelo narcisista de Freud, formuló la teoría del *attachment* (apego), basada también en el tipo de vinculación con el otro. Es una coincidencia curiosa porque ni Freud ni Bowlby investigaron expresamente la elección de pareja. No obstante, ambos parten del mismo supuesto básico de que el tipo de vinculación con el otro está íntimamente relacionado con la organización y el funcionamiento psíquico. Una segunda coincidencia es el hecho de que ambos modelos parten del origen instintivo del vínculo. Como tercera coincidencia, ambos han dado lugar a desarrollos en el mundo de la pareja.

Bowlby se mantuvo en la primera teoría instintiva de Freud, y un hecho trascendente es que continuó desarrollando las investigaciones de los biólogos sobre el instinto y dos descubrimientos merecedores de los premios Nobel han confirmado sus hipótesis. Uno es el del *imprinting* de Konrad Lorenz y otros. El otro es la de la plasticidad y la memoria neuronal de Eric Kandel. La explicación de estos descubrimientos nos dará ideas sobre lo que sucede en la elección de pareja y nos introducirá en las diferencias entre el psicoanálisis «intrapíquico» y la corriente del *attachment* (apego), que forma parte del psicoanálisis relacional.

2.1. Los motivos inconscientes y los modelos de Freud

Un día, un paciente que se había separado me dijo: «No sé qué estaría pensando cuando decidí casarme con ella. Fui un inconsciente. Usted debe saber lo que quiero decir». Pensé que tenía más razón de la que se pensaba en esta afirmación, que habría hecho las delicias de Freud. Pensé que sí sabía lo que quería decir, pero solo de forma muy genérica. Solo él sabía más concretamente lo que quería decir, aunque no fuera consciente. Continuó: «Es que el amor es una locura. A ver si me puede ayudar a comprender por qué lo hice... y que no me vuelva a pasar». Fue un buen comienzo para un proceso terapéutico.

La idea de que desconocemos parte de nuestra mente fue con la que Freud se dispuso a comprender lo que hasta ese momento resultaba incomprensible: los trastornos mentales y la locura. El hecho destacable y original fue que consideró que otras producciones mentales extrañas (sueños, lapsus, chistes, etc.) o comportamientos aparentemente absurdos (el enamoramiento es sin duda el más destacable), pudieran responder a la misma lógica que la patología. La idea subyacente era que el psiquismo es único y por lo tanto, a pesar de las diferencias entre las formas patológicas y las sanas, tenía que haber leyes comunes.

Entre los comportamientos normales que investigó, la elección de pareja tiene un lugar destacado ya que en ella confluyen las fuerzas principales del psiquismo: los instintos (el Ello), los determinantes sociales y culturales (el Superyó) y las dificultades inherentes a toda decisión (el Yo).

2.1.1. El modelo edípico de Freud: la identidad

La primera referencia de Freud a la elección de pareja fue en la construcción del «modelo edípico». Su noción de la elección se fundamenta, pues, en una de las ideas centrales y más conocidas que tiene su origen en tres trabajos de la primera época (1910, 1912 y 1918). La idea básica es que la elección de pareja está determinada por la búsqueda inconsciente del progenitor del sexo contrario. Obviaré explicar lo que es bastante conocido. El hecho principal para la elección de pareja es que, al percibir la fortaleza y naturaleza del vínculo entre sus progenitores, el niño renuncia al de sexo contrario, en el que había depositado su amor preferente y fantasías de apareamiento.⁸ Esta renuncia se produce de forma inconsciente y la idea de Freud es que el impulso hacia el progenitor de sexo opuesto sigue existiendo, si bien, censurada como está, se expresa mediante manifestaciones deformadas por los diversos mecanismos de defensa. El resultado es que, llegado el momento, esta presión guía la elección de pareja de forma inconsciente hacia la recuperación del objeto deseado. Así, la elección recae sobre una persona que activa la *imago* inconsciente del progenitor. Sin embargo, la prohibición o censura sigue existiendo, lo que explica que una excesiva proximidad de esta *imago* provoque rechazo. En la atención clínica observamos casos en los que este rechazo hacia

las similitudes con el progenitor es muy intenso, hasta el punto de dificultar notablemente las relaciones de pareja o incluso imposibilitarlas.

Una de las implicaciones importantes que Freud extrajo de este modelo fue la formación de la identidad. Según su razonamiento, el dilema edípico se resuelve con una identificación con el progenitor del mismo sexo y la contraidentificación con el sexo contrario, lo que precipita la formación de la identidad, la de carácter sexual en primer lugar, pero, por extensión, también la identidad en general. El Edipo se resuelve también con la incorporación de las *imagos* de los progenitores en el Superyó inconsciente como consecuencia de la represión. Se convierten así ideales del Yo, especialmente la representación del progenitor del mismo sexo con el que se ha identificado. Así, a continuación, el sujeto actúa intentando acomodarse a los dictados de estas imagos, lo que explica también la elección por similitud con el progenitor contrario.

Sobre este modelo, Freud explicó la gran complejidad de la vida matrimonial, ya que intervienen las dos *imagos* progenitoras: la de sexo contrario y también la del mismo sexo, con la que el sujeto se ha identificado. Así, la pareja se relaciona condicionada inconscientemente por estos impulsos, tanto de identificación positiva o atracción, como de contraidentificación negativa o repulsión. Por esta razón, Freud (1892-99) escribió a su amigo Wilhelm Fliess una frase que hizo fortuna: «el matrimonio es cosa de seis», es decir, los dos cónyuges reales, más las *imagos* de los dos progenitores de cada uno. Esta configuración inconsciente de la pareja explica muchos de los fenómenos de la pareja, tanto de signo positivo, como la atracción o las coincidencias en los gustos y preferencias, como de signo negativo. Entre ellos destaca los celos, uno de los motivos de malestar más frecuentes y desgarradores. Una de las referencias culturales que tomó Freud fue el drama *Otelo* de Shakespeare, autor que investigó varios dilemas fundamentales de la existencia humana. Según el modelo edípico, los celos activan el conflicto edípico, en el que el niño descubre que el objeto de su amor tiene otro fuerte vínculo.

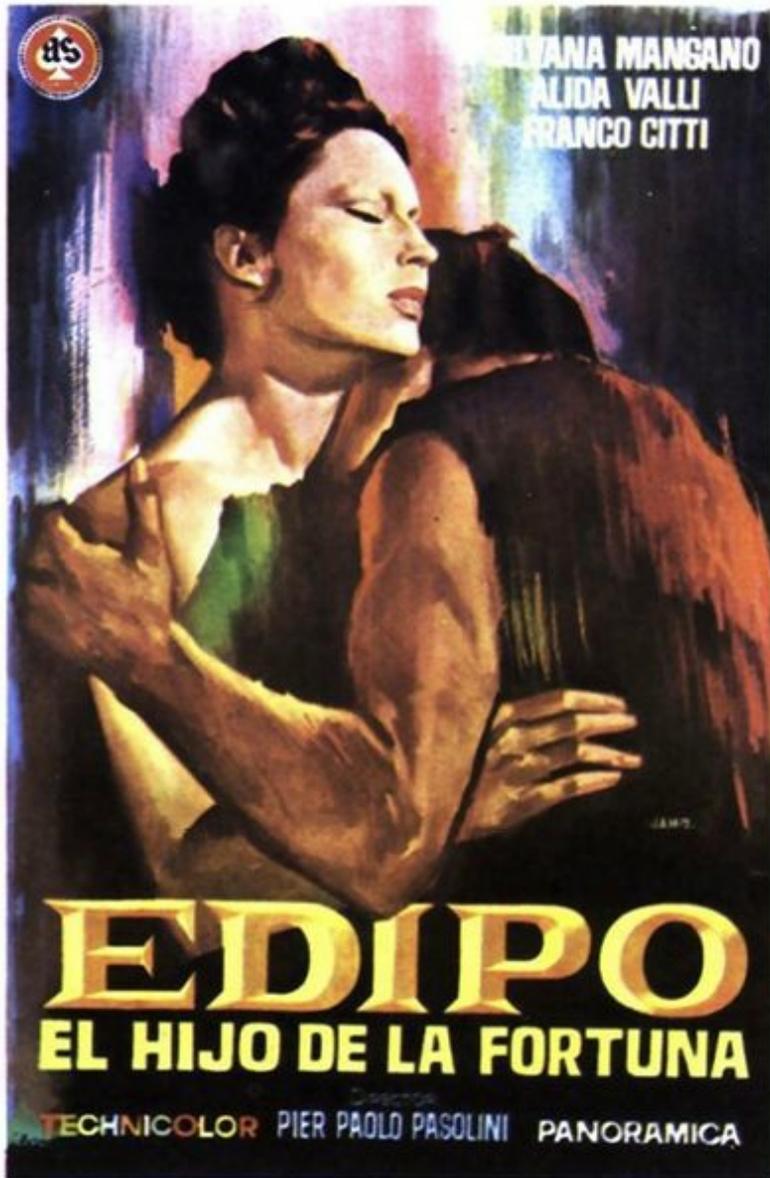


Figura 5. Cartel de *Edipo rey*, de Pasolini.



Figura 6. *Eco y Narciso* de John William Waterhouse.

El complejo de Edipo es central en la teoría de Freud y ha sido uno de los puntos de divergencia con otras escuelas. El psicoanalista estadounidense de origen vienés Heinz Kohut (1913-1981) tuvo una importante discrepancia con el concepto de «identidad». Según su modelo del psicoanálisis del *self*, la identidad es una construcción de la conciencia y la reflexión y los verdaderos organizadores del psiquismo son los sentimientos de sí mismo o *self*. Hablaremos más adelante de esta cuestión. Kohut discrepó también sobre la determinación psíquica que ejerce el complejo de Edipo. Asimismo, el razonamiento se basa en los *selves*, ya que estos son cambiantes y, por tanto, aunque Kohut admite la influencia edípica, no la considera determinante. Los descubrimientos de Kandel han aportado evidencia sobre este punto que también trataremos más adelante.

Los desarrollos posteriores a Freud y Klein matizaron enormemente este modelo de elección. El Family Discussion Bureau de Tavistock (Londres) puso de relieve la influencia de los factores culturales y relacionales en la elección de pareja, ya que producen sentimientos de familiaridad (Dicks, 1967) que facilitan la relación. Por tanto, estos autores, aun estando de acuerdo con Freud, dieron otra explicación complementaria a la tendencia a elegir parejas similares a los progenitores. En un sentido similar, el Grupo de Boston (BCPSG)⁹ sobre el que profundizaremos más adelante, ha aportado la noción de «conocimiento relacional implícito» o conocimiento mutuo que se desarrolla en la misma relación. Según este concepto, los miembros de la pareja se escogen porque comparten formas de comunicarse, supuestos básicos y otros elementos que son

«inconscientes», pero no en el sentido (de represión) que Freud dio a este término, sino por el hecho de que no están en la conciencia, y sin embargo tienen efectos indudables.

2.1.2. El modelo narcisista de Freud y la relación de objeto

El segundo modelo de Freud es el llamado «narcisista», basado en la *Introducción al narcisismo* (1914),¹⁰ uno de sus estudios más breves, a pesar de lo cual sigue teniendo una gran importancia y vigencia actualmente. Trata de la dirección que toman las cargas emocionales: hacia sí mismo o hacia el otro.

Freud tomó el término de «narcisismo» de Havelock Ellis (1859-1939),¹¹ a quien citó profusamente en *La interpretación de los sueños* y otros estudios. Aunque su motivación inicial fue dar una explicación a la elección homosexual, el concepto de «relación objetal» sobre el que centró esta investigación sobrepasó ampliamente esta motivación y se ha convertido en un punto de referencia (de acuerdos y desacuerdos) para las diversas orientaciones psicoanalíticas. En particular, como iré señalando, es fundamental en la perspectiva relacional y muy relevante para la elección de pareja.

Uno de los fenómenos que explica este modelo son los tipos de dependencia que se establecen con el objeto de amor. El narcisismo evoluciona desde la fusión con el otro y la dependencia hacia la progresiva adquisición de autonomía. Freud enmarcó el narcisismo en la primera teoría instintiva, que establece como básicos los instintos de supervivencia (o de conservación del individuo) y los de conservación de la especie (la sexualidad).

Ya que la cuestión principal en el inicio de la vida es su propia conservación, concibió que, en el primer estadio (narcisista propiamente dicho), las cargas están completamente dirigidas sobre sí mismo. Según Freud, en este primer estadio no existe ningún vínculo propiamente psíquico con los objetos externos, por lo que lo llamó «an-objetal». También llamó a este funcionamiento «egoísta» (con un significado explicativo, no moral), ya que ignora completamente al otro como tal, fuera del interés por sí mismo. Por otra parte, dado este repliegue sobre sí mismo y el escaso vínculo con la realidad externa, Freud asimiló este estadio a las patologías graves (las variedades de psicosis y lo que hoy conocemos por «autismo»). Este ha sido uno de los puntos esenciales del interés continuado por esta obra.

Otro de los puntos de interés de esta obra es que explicó que en algunos casos de desarrollo psíquico en general «normal», persisten núcleos de la personalidad narcisistas. Estas personas desarrollan sus capacidades intelectuales, incluso las habilidades sociales, llevando una vida aparentemente normal. Sin embargo, sufren graves dificultades de vinculación emocional, ya que sus cargas afectivas están dirigidas hacia sí mismos. Así, la representación mental del otro es muy parcial y egoísta o utilitaria. Freud destacó que en este funcionamiento persiste el egocentrismo característico del psiquismo primario y una idealización de sí mismo, por lo que las relaciones que se establecen con los otros deben mantener esta concepción. El otro no es, pues, percibido como un ser independiente, con su propia voluntad, iniciativa y necesidades y la relación es

despótica, con un amplio abanico de síntomas: ignorancia, desprecio, manipulación, maltrato, etc.

Amiel

Un caso paradigmático de narcisismo fue el de Henry Amiel (1821-1881), una persona real. Amiel fue objeto de una ingente literatura cuando, algunos años después de su muerte, se publicó una parte de su diario íntimo (el original tenía 17.000 páginas) en el que describía sus grandes dificultades para encontrar una pareja adecuada a sus aspiraciones.

Amiel fue profesor de Filosofía Moral de la Universidad de Ginebra. Gozaba de una gran reputación y sus alumnos y admiradores organizaban veladas en las que exhibía sus dotes intelectuales. A pesar de su popularidad, especialmente femenina, Amiel se casó muy tardíamente. Su matrimonio tardó en consumarse hasta el punto de que la defraudada esposa planteó su separación. A partir de este momento su relación fue completamente distante, limitada a la más estricta corrección doméstica y social, llevando cada uno su vida.

Uno de los numerosos estudios que, años después de su muerte, analizaron su diario íntimo fue el de Gregorio Marañón (1932). Este médico y pensador fue un atento lector de la obra de Freud y enfocó el estudio de la personalidad de Amiel como un caso de timidez desde la perspectiva psicoanalítica. En el análisis del obsesivo diario, destacó las dudas prematrimoniales de Amiel. Ninguna mujer le parecía a la altura de los altos designios intelectuales y sociales que le estaban encomendados. Marañón señaló que, por el agudo sentido de su propia grandiosidad, Amiel necesitaba una pareja que se le amoldara completamente, negándose completamente a sí misma.

A propósito, recuerdo una pareja en la que la mujer me dijo: «Yo me divorcié de mí misma ya de joven». Expresaba su descontento con la pareja, pero paradójicamente, renunciaba a toda iniciativa, poniéndose siempre a la entera disposición de su marido. El hombre era claramente narcisista. Sin embargo, insistía en que ella se expresara. De hecho, lo que sucedía en este caso es que ambas patologías se habían complementado ya en la elección y así habían continuado a lo largo de 20 años. Pero volvamos a Amiel.

Aplicando los conceptos de Freud, Marañón explica que la fantasía grandiosa de sí mismo es propia del estadio narcisista, tal como el bebé solo percibe lo que gira a su alrededor y satisface sus necesidades. En su diario, Amiel describía con detalle los defectos que iba encontrando en sus posibles parejas y, efectivamente, acababa encontrándolos. Desestimó una candidata tras otra hasta que el paso del tiempo le acució y se vio forzado a elegir. Una vez casado, se sintió incapaz de intimar y pronto encontró en su esposa un defecto imperdonable: le reclama demasiada atención y le distraía de las grandiosas metas que debía cumplir. Marañón señala que, obviamente, esta argumentación servía al mantenimiento del funcionamiento narcisista. Lejos de considerar las necesidades de la esposa, las percibía como perturbaciones de su propio funcionamiento y la relación se volvió tiránica.

Marañón concluye que Amiel quedó fijado en una fase primitiva del desarrollo emocional debido a su desgraciada infancia, ya que entre los diez y los doce años, perdió

a ambos progenitores. Durante la infancia se desarrolló con normalidad, incluso brillantemente, en lo intelectual y lo social, pero la pérdida produjo una fijación narcisista que le impedía vincularse profundamente.

En la segunda fase del modelo narcisista de Freud, la maduración general conlleva que el bebé vaya adquiriendo la noción de su madre como un ser independiente. Al principio, la percibe todavía muy parcialmente, como un objeto independiente en función de sus propias necesidades. Progresivamente, la carga afectiva se va trasladando sobre este objeto externo, que actúa como soporte del todavía frágil e incipiente Yo. Freud llamó a esta fase «anaclítica», término de origen griego que significa «estar apoyado» o reclinado (*klitos* significa «diván»), para describir la función que cumple el otro. Freud formuló el concepto de «objeto parcial» para explicar la noción que tiene el bebé de su madre, concepto que sería muy desarrollado por Klein y sigue siendo fundamental en todos los campos, incluido el de la pareja.

Al igual que en el funcionamiento narcisista, se producen fijaciones en este estadio. Así, en desarrollos en general «normales», pueden persistir núcleos de funcionamiento anaclítico o de objeto parcial que, como en el caso de Amiel, pueden ser activados por sucesos traumáticos o situaciones difíciles. Freud explicó un amplio abanico de patologías, como las perversiones y otros trastornos graves del carácter, por la fijación en este estadio. Entre este abanico, se refirió especialmente a la homosexualidad (recordemos que este era el punto de partida) ya que es un ejemplo de elección del objeto más parecido a sí mismo. No obstante, hay que decir que, a raíz de la normalización cultural de la homosexualidad, este punto ha sido profundamente repensado.

Dentro de esta lógica de la relación anaclítica o de apoyo a las necesidades básicas de supervivencia, Freud postuló que el bebé se representa dos tipos de objetos: la «madre nutricia» y el «padre protector». En la evolución posterior del psicoanálisis, la perspectiva relacional ha dado un lugar principal a estas necesidades de protección y seguridad.

Un caso que ilustra este tipo de elección en la forma perversa del fetichismo es el del personaje principal del filme *Le genou de Claire* de Eric Rohmer (1970). Este personaje, Jérôme, desarrolla una intensa obsesión por las rodillas de Claire, de 18 años, a quien acaba de conocer. Jérôme es un diplomático de 35 años que tiene que casarse dentro de un mes. Dentro del tono de comedia del filme, Rohmer acentúa su personalidad insegura, dubitativa y con una gran necesidad de afirmación personal.

El interés de Jérôme se centra en las rodillas de Claire, sin ninguna atención a su personalidad, su vida, etc., es un claro ejemplo de una relación de objeto parcial. Progresivamente, Claire se va sintiendo sublevada por esta negación masiva de su personalidad. El filme es amable y muestra un enderezamiento de esta relación y el progresivo establecimiento de la confianza entre ellos, hasta que Jérôme debe marchar a cumplir su compromiso.

Como se ve, el personaje tiene varios rasgos comunes con Amiel: su elección tardía de pareja y la dificultad de vinculación emocional. En un análisis clínico diríamos que Jérôme ha sufrido una regresión a un funcionamiento anaclítico. La inminencia de la

boda justifica un estado emocional muy alterado, con una gran inseguridad interna. Así, no puede relacionarse con Claire sino como un objeto parcial, expulsando de su mente la conciencia de que es una persona con necesidades propias.

El caso de un hombre joven de 35 años ilustra otra tipología de relación anaclítica y las funciones de apoyo («madre nutricia y padre protector») señaladas por Freud.

Ferran inició una relación con una mujer significativamente más joven que él. Ella había interrumpido una relación anterior en la que decía que se había sentido muy ignorada, incluso maltratada. Así, desde el principio, la pareja distribuyó inequívocamente los papeles de «protector» y «protegido».

En los primeros conflictos de la pareja, ella se comportaba con gran emocionalidad, aduciendo que aún estaba traumatizada por la relación anterior. Asumiendo el papel protector, él continuó relegándose y acomodándose a sus necesidades, con la expectativa de que ella llegaría a superar el trauma y evolucionarían hacia una relación equilibrada. No obstante, la relación se mantenía en los mismos términos y progresivamente ella comenzó a reprocharle que la trataba igual que su pareja anterior. Como es fácil de deducir, esta relación pronto se hizo inviable. El hombre había evolucionado hacia un papel «terapéutico» que conllevaba una importante negación de sí mismo. Como Claire, se sentía ignorado como persona independiente, pero se sentía moralmente comprometido y mantuvo su papel hasta desarrollar una depresión.

Este tipo de distribución de papeles es relativamente frecuente en parejas que se forman después de malas experiencias. Sin embargo, su persistencia más allá de lo razonable o la rigidez con que se mantiene este patrón es un claro indicador psicopatológico.

Finalmente, en el tercer estadio, «objetal» propiamente dicho, la carga emocional es depositada en objetos sentidos como enteramente diferenciados de sí mismo, u «objeto total», siguiendo la terminología de Klein. Para Freud, en este estadio el sujeto ha interiorizado el modelo de cuidado recibido en los estadios anteriores y es capaz de aplicarlo al otro, es decir, cuidarlo. Así, la relación pasa de ser «egoísta» a ser «altruista». Freud concibió el individuo resultante de esta evolución como un ser autónomo e independiente y, a la vez, capaz de establecer vínculos emocionales profundos y cuidar al otro. Por otra parte, inscribiendo este estudio en el marco de la teoría instintiva, Freud señaló que este estadio permite la conservación de la especie, instinto que prevalece pues aquí sobre el de conservación del individuo.

Estas dos observaciones son muy relevantes para la pareja. En primer lugar, la posibilidad de alternancia entre el «ser cuidado» y el «cuidar», o entre el egoísmo y el altruismo, será fundamental a lo largo de su desarrollo. En segundo lugar, ciertamente, la realización del instinto de conservación de la especie no se limita al acto reproductivo, sino al cuidado sostenida del otro, en primer lugar al bebé y después a los otros con los que existen lazos emocionales. Por el contrario, el primer estadio narcisista, centrado en la conservación del individuo, casi condena la conservación de la especie.

2.1.3. Narcisismo, identidad y *self*

A pesar de la brevedad de este estudio, Freud señaló en él fenómenos fundamentales del psiquismo y conceptos de plena actualidad, como veremos al hablar de la cultura moderna. En su visión, el repliegue inicial produce los primeros núcleos estables del Yo que organizan los impulsos, anárquicos por naturaleza. Freud concibió que esta es la base de la identidad, lo que crearía más adelante discrepancias importantes. Como explicaré con mayor detalle más adelante, Kohut (1971) formó la nueva corriente del psicoanálisis del *self*, basado en la idea de que la identidad es una construcción de la mente que unifica los *selves*, o sentimientos de sí mismo, que corresponden a estos primeros núcleos estables. También los autores kleinianos estudiosos del psiquismo primitivo (en mi entorno, Corominas, 1984 y 2000), han señalado la importancia de estos núcleos sensoriales. Continuando por el momento con la exposición de Freud, la idea de que el narcisismo es el núcleo de la capacidad de cuidar de sí mismo y del otro fue desarrollada por Klein, que concibió que la madre se identifica con el bebé proyectando sobre él su propia experiencia primitiva inconsciente. Según Klein, esta identificación le permite comprender intuitivamente los estados emocionales de dependencia y de necesidad de cuidado. El Family Discussion Bureau (dentro de Tavistock, Londres), desarrollaría esta idea en el campo de la pareja, formulando que sus miembros se identifican mutuamente, estableciendo entre ellos una relación de cuidado.

Otra idea básica expuesta por Freud en este estudio fue que el narcisismo es la base de la autoestima. Parece una evidencia, pero su desarrollo lleva a la idea de que la pareja se constituye sobre esta base. Tal como la madre proyecta en el bebé sus experiencias primitivas y también su autoestima, los miembros de la pareja también hacen esta proyección mutua, lo que no solo les permite identificarse emocionalmente, sino que también hace de la pareja un refugio ante las dificultades exteriores, un lugar de autoestima.

2.2. El imprinting y el apego (*attachment*)

Me sería imposible indicar una necesidad infantil tan poderosa como la del amparo paterno.

SIGMUND FREUD, *El malestar en la cultura* (1930: 16)

Como he mencionado, una parte de la comunidad psicoanalítica y también otras disciplinas no aceptaron la modificación de la primera teoría instintiva cuando Freud (1920) formuló la segunda introduciendo el concepto de «pulsión de muerte». John Bowlby fue uno de ellos y su teoría, además de ser una de las raíces del psicoanálisis relacional, contiene una hipótesis muy importante sobre la elección de pareja. Me limitaré aquí a este punto de su teoría, que, como decía en la introducción a este capítulo, tiene unas curiosas coincidencias con el modelo narcisista de Freud. A pesar de las discrepancias, ambos se centran en la relación con el objeto y la consideran un instinto.

Para contextualizar la aportación de Bowlby en la elección de pareja, explicaré que, por su experiencia personal y profesional, creía firmemente en la preeminencia del instinto de protección (el de supervivencia del individuo de Freud). Bowlby mantenía

relaciones estrechas con la Biología y relacionó el descubrimiento del *imprinting* (Premio Nobel, 1973) con sus hipótesis. Desarrollando la nascente etología, Konrad Lorenz, Tinbergen y Von Frisch investigaban el aprendizaje de los patrones sociales y encontraron el mecanismo por el cual las ocas y los patos reconocen a sus madres, lo que implica la formación de la noción de pertenencia a la especie y, por tanto, la posterior elección de pareja.

La Biología del momento era fuertemente instintivista y suponía que el reconocimiento de especie era instintivo y estaba completamente determinado por la genética, sin intervención de los factores ambientales. Lorenz y sus colegas hallaron que los primeros momentos de la vida son un momento crítico en el que se adquiere este reconocimiento, lo que implicaba que este no era genético, sino aprendido. En sus experimentos encontraron que las ocas y los patos vinculaban este reconocimiento a la figura que les ofrecía los primeros cuidados y protección, aunque fuera de otra especie. Efectivamente, los medios de comunicación de la época mostraron las imágenes del propio Lorenz seguido por una multitud de pequeños gansos que le creían su madre, mientras la madre biológica miraba la comitiva sin que las pequeñas le hicieran ningún caso.



Figura 7. Konrad Lorenz.

Se conocen algunos casos reales de fenómenos similares. Unos de ellos son los «niños salvajes»: bebés abandonados en la naturaleza que han sido criados por otras especies (lobos u otros). Este ha sido un tema que ha estimulado mucho la imaginación humana, produciendo leyendas como el mito de Rómulo y Remo, fundadores de Roma, o el *Libro de la selva* de Rudyard Kipling (1894). Uno de los casos reales que se publicó en los años 70 por el interés despertado por las investigaciones de Lorenz fue el de Víctor de Aveyron, un niño salvaje encontrado en 1799 por unos cazadores en el Pirineo del Languedoc. Era un adolescente de 11 o 12 años y primeramente fue examinado por Philippe Pinel, uno de los creadores de las primeras clasificaciones psiquiátricas.¹² Le diagnosticó un retraso mental. No obstante, en el ambiente revolucionario de la época, su caso creó una gran expectación y Jean Itard, médico seguidor de , se hizo cargo de él durante cinco años. El relato de su experiencia es desolador (Itard, 1801). Cuenta la imposibilidad de enseñarle el habla humana y conseguir que dominara su impulsividad. Finalmente se preguntó si no sería mejor devolverlo a la naturaleza y abandonó su educación. Víctor fue confiado a Madame Guerin y atendido por varios profesores hasta que murió a los 29 años. François Truffaut (1970) hizo el memorable filme titulado *L'Enfant sauvage*.

Entre la multitud de experimentos relacionados con el *imprinting*, es célebre el de Harry Harlow (1962). Harlow introducía un primate en una habitación con tres maniqués. Uno de ellos era de alambre y tenía un biberón. El segundo estaba forrado con pelo de primate de su especie. El tercero estaba forrado de tela y tenía dibujadas las facciones faciales, los ojos y el pico. El primate del experimento se instaló en el que estaba forrado de pelo y, al cabo de un rato, inspeccionando el lugar, sin moverse del maniquí de pelo, alargó el cuello hasta llegar al biberón del otro maniquí. La repetición de experimentos similares mostró los mismos resultados, que implicaban que el instinto de protección (el contacto con el pelo) predomina sobre el de alimentación (el biberón).

La implicación de estas investigaciones para la teoría instintiva es que el impulso no se orienta directamente hacia la satisfacción de las necesidades (en términos de Freud, el placer), sino hacia la búsqueda de un objeto o relación protectora, de apego. Es este objeto el que, secundariamente, aporta satisfacción a las necesidades. Esta hipótesis explica que se mantengan relaciones a pesar de que no sean satisfactorias, ya que se ha creado el vínculo y éste ha adquirido fuerza por sí mismo. Este es el caso del masoquismo u otros impulsos autodestructivos que condujeron a Freud a la modificación de la primera teoría instintiva y la introducción del concepto de pulsión de muerte.

Por otra parte, respecto al debate en el ámbito de la Biología, la conclusión de estos experimentos fue que los factores ambientales tienen una gran influencia porque permiten una mejor adaptación a las condiciones actuales de la especie. Efectivamente, si únicamente los genes (factores internos predeterminados) determinaran la dotación de los individuos, su adaptación sería más problemática, especialmente si el entorno evoluciona. En resumen, el *imprinting* explica la gran flexibilidad adaptativa de los seres

vivos. Solo añadir que la plasticidad neuronal descubierta recientemente corrobora también estas hipótesis.

A partir de estas evidencias empíricas, Bowlby y su colaboradora Mary Ainsworth (1913-1999) desarrollaron la noción de «patrones de apego» (Ainsworth, 1978), basada en los sentimientos que se experimentan en la díada primaria. En su aplicación experimental pudieron establecer tres tipos de relaciones entre el niño y su madre, diferenciados por los sentimientos de seguridad emocional y la capacidad empática de la esta. Estos patrones han sido investigados en las parejas, mostrando que los sentimientos de seguridad emocional son un factor determinante del tipo de relación que se establece con el otro (George, Kaplan y Main, 1984-96; Bartholomew y Horowitz, 1991; Lanza y Bilbao, 2012).¹³ Así, este será un factor de primer orden en la elección de pareja. Nos extenderemos sobre ello en los próximos capítulos.

⁸. Como sabemos, los pequeños expresan a menudo la idea de casarse con sus madres, o las niñas con sus padres.

⁹. Boston Change Process Study Group o grupo de estudio de los procesos de cambio.

¹⁰. Véase también Freud (1931): *Sobre los tipos libidinales*.

¹¹. Ellis fue el primer autor conocido en estudiar la homosexualidad y creador del término.

¹². Pinel fue director del hospital psiquiátrico de la Salpêtrière (París), donde décadas más tarde estudiaría Freud.

¹³. Miembros de la AEPP y el EFPP. Itziar Bilbao, colega del Grupo de Psicoterapia Analítica de Bilbao (GPAB), viene desarrollando una línea de investigación sobre las relaciones de los patrones de apego en la pareja con otros temas de la psicoterapia (la función reflexiva, mentalización, la intersubjetividad) que trataremos más adelante (Bilbao, 2009).

> 3. EL ENAMORAMIENTO

Pero, al menos hacia el exterior, el Yo parece mantener sus límites claros y precisos. Solo los pierde en un estado que, si bien extraordinario, no puede ser considerado patológico: en la culminación del amor amenaza esfumarse el límite entre el Yo y el objeto. Contra todos los testimonios de sus sentidos, el enamorado afirma que yo y tú somos uno, y está dispuesto a comportarse como si realmente fuera así

SIGMUND FREUD, *El malestar en la cultura* (1930: 9)

El enamoramiento es un fenómeno singular en la vida psíquica por varias razones. Es uno de los fenómenos más apreciados por los individuos porque vitaliza extraordinariamente. Es un sentimiento muy íntimo, sentido como intensamente propio y, al mismo tiempo, se comparte. Es singular, también, porque en él, se establece una alimentación mutua con el destinatario, lo que tiene un efecto multiplicador.

El enamoramiento es un «estado de la mente» con poder para cambiar la forma de ser, a veces de forma muy profunda ya que emergen aspectos de la personalidad que no se manifiestan en otras relaciones, aspectos que posiblemente se incorporen al funcionamiento regular de la personalidad. Por otra parte, puede amortiguar otros aspectos personales hasta el punto de no manifestarse más, al menos dentro de aquella relación particular. El enamoramiento también es singular porque es un sentimiento extremo, de intensidad comparable a su contrario: el odio, en el cual se puede transformar y llegar a ser tan destructivo como vitalizador fue el enamoramiento.

Han analizado el enamoramiento los filósofos, los literatos y otros artistas. Por todos ha sido exaltado pero también todos han advertido de sus peligros. La gran emocionalidad, la suspensión de la razón, las transformaciones de personalidad, todas estas características del enamoramiento han sido reflejadas en las especulaciones y las obras de arte.

Por su impacto en el curso de las vidas y las comunidades, la cultura regula el enamoramiento mediante costumbres y normas no escritas cuya función es canalizar este impulso, en primer lugar para preservar la integridad de los individuos, y después porque de forma natural conduce a la reproducción de la comunidad y la especie.

Uno de los peligros que advierte la cultura es la proximidad del enamoramiento con la locura. Son incontables las novelas que describen enamoramientos que conducen a decisiones o arrebatos fatales, transitorios o definitivos. Su fuerte influencia sobre la personalidad lleva a preguntarnos si tiene el poder suficiente para cambiar la identidad. Es una pregunta difícil de contestar, ya que depende de lo que entendamos por

«identidad». Aristóteles la definió de forma abstracta y en términos lógicos: la identidad es por esencia idéntica a sí misma ($A=A$). En cambio, para su opositor, Heráclito, «nunca nos bañamos dos veces en las aguas del mismo río», es decir, en la identidad hay elementos constantes y otros cambiantes. El psicoanálisis ha reproducido en cierto modo este viejo debate. Mientras Freud tenía un concepto aristotélico, aunque «humanizado» y explicado al detalle, Heinz Kohut inició la corriente del psicoanálisis del *self*, según la cual la identidad es una ilusión.

El principio de «clausura» de la escuela de la Gestalt, que explica que la percepción busca la «buena forma», apoya la idea de Kohut. Así, percibimos como «identidad» o unidad continua lo que en realidad son varias unidades discontinuas, como cuando percibimos de forma continua las películas, aunque sean una sucesión de fotogramas. La investigación psicoanalítica sobre el *self* me ha interesado mucho porque ha llevado a un conocimiento profundo de la formación de los sentimientos y el enamoramiento se acompaña de una larga serie: la pasión, la intimidad, la vergüenza, la complicidad, entre otros.

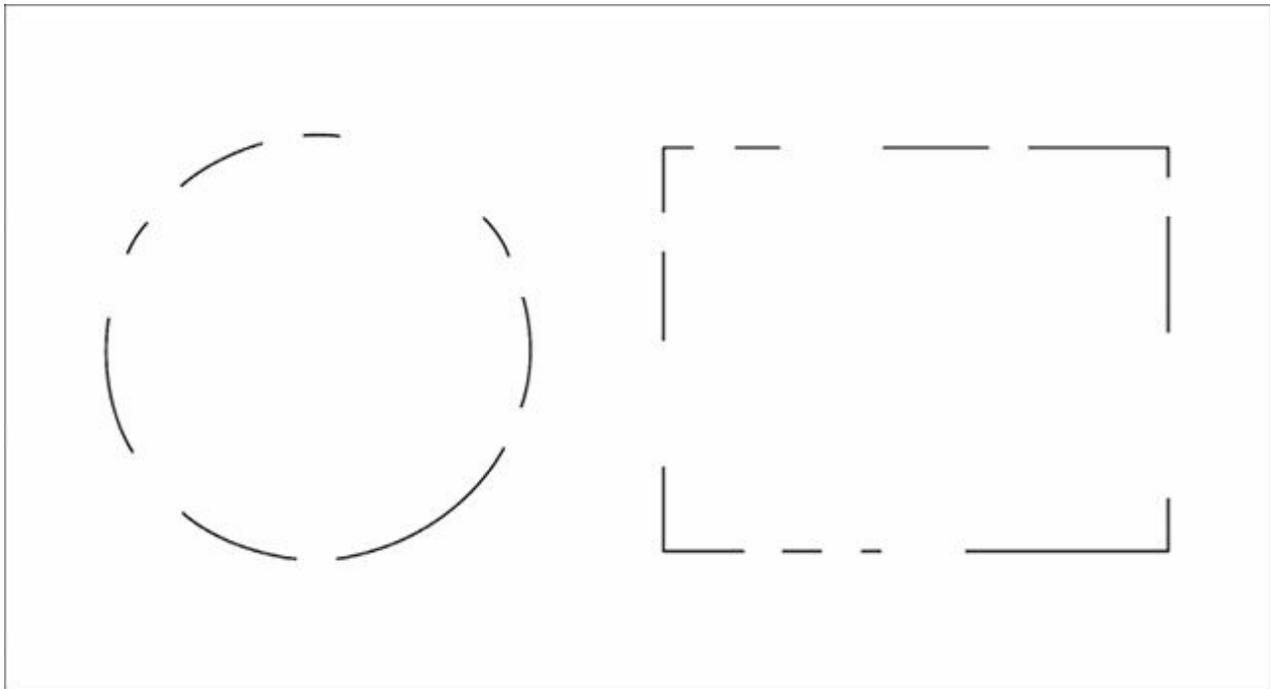


Figura 8. Gestalt. Principio de Clausura.

Las ramas de la Biología también han estudiado el enamoramiento. Así, la Etología ha estudiado las paradas nupciales, y la Fisiología las reacciones implicadas en las emociones humanas y, por tanto, en el enamoramiento. Igualmente, los descubrimientos recientes de la Neurología han aportado nuevos conocimientos mostrando que las neuronas espejo parecen intervenir en la gran influencia mutua de los enamorados, ya que son la base material de la empatía, la imitación y el contagio emocional

característicos del enamoramiento. Por otra parte, los descubrimientos sobre plasticidad neuronal han aportado evidencias empíricas sobre la antigua polémica sobre la identidad, mostrando que las redes neuronales forman núcleos en los que se generan las sensaciones, que son los primeros sentimientos de sí mismo, y por tanto de la identidad. También han mostrado que las redes neuronales no son tan fijas como se creía, sino que tienen una gran capacidad de adaptarse a nuevas circunstancias.

3.1. La locura del enamoramiento: la disociación del amor y el odio

«Fui un inconsciente. Era una locura». Estas fueron las expresiones con las que un paciente de 27 años se refería al enamoramiento que le condujo a formar una pareja desdichada. Esa relación amorosa se transformó en tormentosa y, finalmente, en destructiva. De una parte y la otra, muchas de las expresiones de cada uno que antes les encantaban, eran ahora menospreciadas, lo que creaba al paciente sentimientos de despersonalización. Las relaciones externas con amigos también entraron en crisis y su impresión era que, en aquella pareja, había sufrido un cambio de personalidad, y que ahora, una vez deshecha, debía reconstruir su identidad personal y social. Recordaba que durante el enamoramiento presentía este cambio. Sentía el conflicto entre la emoción y la razón, tan a menudo reflejada en la literatura y las conversaciones. Aunque sentía que eran muy diferentes uno del otro y que muchos aspectos de su personalidad no tenían cabida en aquella relación, esta lo revitalizaba, razón por la cual restó importancia a estos pensamientos.

En *Psicología de masas y análisis del Yo* (1921), Freud ya comparó el enamoramiento con los fenómenos de masas por la intensa emocionalidad y anulación del razonamiento que se da en ambos. Más adelante, en *El malestar en la cultura* (1930), describía la fusión con el otro y el debilitamiento de los límites del Yo característicos del enamoramiento. Melanie Klein (1946) aportó el concepto de disociación, muy explicativo de lo que ocurre en este fenómeno. A partir del análisis del psiquismo del bebé que hemos visto al hablar de las fantasías, explicó que la «disociación» es un mecanismo básico del psiquismo que actúa prácticamente en todos los sentidos: separa los razonamientos de las emociones, lo que es consciente de lo que es inconsciente, y separa o «desconecta» también partes del psiquismo o la personalidad que quedan inactivas. El efecto de la disociación es crear imágenes idealizadas del otro, lo que en el enamoramiento, dada la influencia mutua, produce un «efecto espejo» por el cual todo lo que proviene del otro es admirado. El enamoramiento produce, pues, el mejor «hábitat» posible, en el que las manifestaciones son bienvenidas, y las que no lo son, se exculpan.

Henry Dicks (1967) aportó el concepto de «membrana extradiádica» para referirse al espacio que delimita el interior del exterior de la pareja (o díada). El espacio interno es un espacio idealizado, donde se dirigen los impulsos amorosos, mientras los agresivos, incluida la capacidad crítica, son dirigidos hacia el exterior o excluidos de la conciencia. Como en la díada primaria, esta membrana tiene la función de proteger la relación, tanto del exterior como de los impulsos agresivos internos. Siguiendo lo que decíamos raíz de

las fantasías, los impulsos amorosos y los agresivos forman dos representaciones emocionalmente opuestas de la misma persona real y mientras el bebé inicialmente no las relaciona con la misma persona real, en el psiquismo adulto esto no es posible, razón por la cual, las representaciones negativas son disociadas y dirigidas al exterior o reprimidas de la conciencia. A medida que la relación se va desarrollando en la realidad, estas representaciones evolucionan integrando lo que inicialmente ha quedado disociado o, más simplemente, no ha formado parte de la realidad. Obviamente, este contacto con la realidad produce frustraciones y decepciones. Su efecto en un psiquismo normalmente desarrollado es la integración de los sentimientos agresivos bajo la dominancia de los amorosos, en forma de aceptación del otro, ahora más «real». Este proceso llevará al «amor maduro», en el que el impulso agresivo cumple una función, como veremos.

En otros casos, la mente no puede contener el impulso agresivo y este se vuelve destructivo contaminando la representación del otro, de forma que lo que tenía de bueno, lo tiene ahora de malo. El título de la edición catalana que recopila varios textos kleinianos, *Psicoanàlisi de l'amor i l'odi* (Klein y Rivière, 1940-1963), reflejaba literalmente la íntima relación entre el amor y el odio. El odio es, pues, «la otra cara del amor». Si antes la disociación y la idealización habían incrementado los aspectos benévolos de los enamorados, ahora incrementan los malévolos.

3.2. Las neuronas espejo, la plasticidad neuronal y otras reacciones biológicas

El fenómeno del enamoramiento es un caso particular de procesamiento psíquico de las emociones en el que intervienen procesos biológicos conocidos, algunos muy recientemente. A pesar de las diferencias, lo podemos relacionar con las paradas nupciales de otras especies, de las cuales es una forma evolucionada. Estas conductas animales tienen una gran variedad, de la que podemos resaltar algunas características comunes. Una de ellas es que, al ser una conducta instintiva (con finalidad reproductiva), todo el organismo y la atención se vuelca en ella. Como veremos, este estado implica un funcionamiento cerebral en el que se activan ciertas estructuras y se inhiben otras, lo que sugiere que la disociación es mucho más intensa (y concentrada en el tiempo) que en los humanos.

En las paradas nupciales, los individuos exhiben sus cualidades, lo que cumple la función de mejorar la especie. Una de las cualidades es la capacidad para obtener recursos y defenderlos, lo que se expresa en las luchas entre machos. La fisiología del enamoramiento tiene, pues, cierta vinculación con la agresividad. En el mismo sentido, en varias especies es corriente que en el acto sexual se exprese la amenaza de la agresión, posiblemente por la intensa excitación, o bien por la invasión del espacio individual y la vulnerabilidad. Otro tipo de cualidades que se exhiben en las paradas nupciales son las estéticas, que parecen transmitir el mensaje de que la descendencia será de calidad. Así, por ejemplo, las aves muestran su plumaje, los que hacen nidos no muestran tan solo su pericia, sino también su buen gusto, por lo que algunos etólogos

consideran que las aves tienen gusto estético.¹⁴ En el mismo sentido de anunciar la buena calidad de la descendencia, los rituales de seducción incluyen danzas nupciales en las que se exhiben las habilidades.

La disociación psíquica se explica por dos estructuras cerebrales básicas que producen estados opuestos en el organismo y se inhiben mutuamente, siendo incompatibles: los estados de alerta y los de reposo. El enamoramiento, a pesar de los momentos de reposo, es básicamente un estado de alerta.

Una de las estructuras es el eje hipotálamohipofisoadrenal (HHA), que regula la producción de adrenalina, conocida como «la hormona del ataque o la huida», y la oxitocina, «la hormona del amor y el apego». Estas hormonas inducen estados de excitación y alerta o sus contrarios: estados de receptividad y relajación que podemos identificar fácilmente como las inductoras de los impulsos odio y amor. Creo que es importante establecer relaciones entre los fenómenos psíquicos (como la disociación) y los procesos orgánicos subyacentes y no ver ambas explicaciones como competidoras o mutuamente excluyentes. En el capítulo dedicado a la biología profundizaremos en estos aspectos.

3.2.1. Las neuronas espejo, la teoría de la mente y las reacciones circulares

Antes he mencionado el «efecto espejo» del enamoramiento. Este es el efecto de un tipo de neuronas descubiertas por los neurólogos italianos Rizzolatti, Fogassi y Gallese (Rizzolatti y otros, 2004). La peculiaridad de las «neuronas espejo» es que son premotoras y se activan cuando se activan las neuronas sensoriales situadas enfrente. Su efecto es pues predisponer a la imitación de las acciones que se perciben y explican las conductas de imitación y otros fenómenos psicológicos asociados como el contagio emocional y la empatía (Gallese, 2001) característicos del enamoramiento. Su descubrimiento es muy trascendente porque implican los aprendizajes, en los que la imitación es esencial. En el capítulo dedicado a la biología explicaré las peculiares circunstancias de su descubrimiento, así como sus implicaciones. De momento señalaré brevemente dos implicaciones que nos serán útiles en los próximos capítulos: la «teoría de la mente» y «reacciones circulares».

Para explicar la teoría de la mente podemos referirnos al efecto «espejo» que ya había observado Andrew Meltzoff (1977). Estudiando el desarrollo de la capacidad de valorar las intenciones de los demás, Meltzoff constató que bebés de entre 12 y 21 días reproducían los gestos faciales de un adulto. Entre otras, adoptaban las expresiones de alegría, tristeza, dolor y, de toda evidencia, no se limitaban a imitarlas sino que experimentaban los sentimientos correspondientes. Continuando con estos experimentos, Meltzoff vio que, más tarde, los bebés eran capaces de prever las acciones de los adultos, es decir, adivinar sus intenciones. Como observa Riera (2010: 200), estos experimentos implican que, desde los primeros tiempos de la vida, existe una capacidad para sentir lo que siente el otro y que las relaciones influyen (por contagio) lo que sentimos. Estas

investigaciones fueron bases esenciales de la teoría de la mente, explicada con detalle por Riera y que Gallese y Goldman (1998) relacionaron con las neuronas espejo que habían descubierto. Sin duda, en el enamoramiento se elabora una teoría de la mente del otro.¹⁵

La otra explicación que aportan las neuronas espejo es la de las «reacciones circulares» descritas por Piaget. Estas se inician cuando el bebé percibe su mano ocasionalmente ante sus ojos y la relaciona con las sensaciones corporales de la propia mano y el brazo. La repetición continuada del gesto inicia la coordinación sensoriomotriz y el bebé llega a comprender lo que tiene que hacer para mover la mano. No es solo una ganancia de control sobre el cuerpo, sino también de coordinación entre la mano y el ojo. Esta adquisición es básica y Piaget observó que más adelante, cuando el niño quiere abrir una caja, abre su boca representándose mentalmente (de forma inconsciente) la acción que desea realizar, lo que indica que se han formado «esquemas de acción» que, posteriormente, se generalizan o aplican a gran diversidad de situaciones. Aunque aún no ha sido estudiado, es verosímil que las neuronas espejo (premotoras) intervengan en estas reacciones circulares que más adelante se producen en las relaciones personales. Especialmente en las relaciones de pareja, se observa la repetición de secuencias de interacción. Es un fenómeno complejo, en el que intervienen varios fenómenos que iremos explicando, pero entre ellos están los efectos de la teoría de la mente, las redes neuronales constituidas y las neuronas espejo.

3.2.2. La plasticidad neuronal

El otro descubrimiento relevante es la plasticidad neuronal evidenciada empíricamente por Eric Kandel (Premio Nobel del año 2000). Mediante las nuevas técnicas de neuroimagen, explicó la ley de Hebb (1949), según la cual, las neuronas que se excitan juntas forman un circuito («*neurons that fire together, wire together*»). La ley de Hebb explica que las experiencias con intensidad emocional provocan la formación de redes neuronales que tienden a configurarse como una red y, en el futuro, excitarse juntas, de forma que un solo estímulo activa todo el conjunto y produce una conducta compleja, que incluye recuerdos, estados emocionales, etc.

Hebb enunció una segunda ley, según la cual las nuevas experiencias crean nuevos circuitos o modifican los existentes; mientras que los que no se activan, tienden a extinguirse. Así, las redes neuronales se actualizan y son la base material del aprendizaje y la adaptación. La condición para que se constituyan y se modifiquen es siempre el grado de activación, es decir, de la intensidad emocional de las experiencias.

Eric Kandel, gran conocedor del psicoanálisis ha desarrollado las implicaciones de la plasticidad y la memoria para las hipótesis de Freud. Una implicación evidente es sobre la teoría traumática, ya que ahora podemos explicarnos que una experiencia de gran intensidad emocional forme una red neuronal que incluye un gran conjunto de recuerdos y sensaciones vinculadas al suceso traumático que provocó la activación neuronal.

Complementariamente, la segunda ley de Hebb permite pensar que esta red puede ser modificada por experiencias posteriores.

Otra de las implicaciones se refiere al modelo edípico de elección de pareja explicado antes. Según Freud (1914), en esta elección actúa la «compulsión a la repetición» impulsando la búsqueda de un objeto que evoca el progenitor contrario. Para Kandel (2007) el efecto de repetición se explica por la activación de circuitos ya existentes. Así, podemos pensar que el enamoramiento tiende a excitar los circuitos formados en las primeras experiencias amorosas (sin duda, las de bebé con su madre), lo que explica la hipótesis edípica. No obstante, la segunda ley de Hebb nos lleva a relativizar esta predeterminación ya que indica que las nuevas excitaciones crean nuevos circuitos, por lo tanto, la emoción del enamoramiento puede modificar los circuitos existentes. Si consideramos que la elección es un proceso de «microelecciones», debemos pensar que la fuerza modificadora del enamoramiento depende completamente de cada memoria y configuración neuronal particular. En todo caso la posibilidad de «reconfiguración» que implica esta segunda ley, respalda la hipótesis de que en la adolescencia se produce una «segunda individuación», como se puede producir también en el enamoramiento, dependiendo de la intensidad emocional y de la estabilidad del conjunto.

3.3. El enamoramiento, la identidad y los sentimientos de sí mismo (*self*)

En el resto de este capítulo nos adentraremos en los sentimientos que se experimentan en el enamoramiento. Una primera cuestión es si pueden llegar a cambiar la identidad y, en caso afirmativo, hasta qué punto. Como he dicho antes, la contestación es compleja y depende del concepto de «identidad» que adoptemos y su relación con los sentimientos, en particular con el sentimiento de sí mismo, que en el enamoramiento experimenta grandes cambios. Estos son nuevos puntos que diferencian el modelo relacional del intrapsíquico.

Los sentimientos fueron ampliamente investigados por los primeros psiquiatras fenomenológicos (Jaspers, Kraepelin) y por algunos psicoanalistas. Su investigación se basó en gran medida en las ideas de los filósofos que veremos más adelante. No obstante, en el posterior desarrollo del psicoanálisis, esta investigación pareció quedar enterrada durante décadas en la ingente producción psicoanalítica sobre temas teóricos, técnicos u otros. En el nivel teórico, los sentimientos se consideraban fundamentales pero eran interpretados como un fenómeno de la conciencia, más como una consecuencia que como una causa y, de manera implícita, se reservaba su profundización a los tratamientos y supervisiones más que a la investigación teórica.

En cuanto a la identidad, a pesar de que Freud prácticamente no utilizó este término (Freixas, 1985), es un elemento central y consideró que queda formada durante la primera infancia, aunque luego pueda tener modificaciones. Su modelo es aristotélico, en el que la identidad es esencialmente igual a sí misma, $A=A$.

Para Freud, la identidad se forma en la solución del complejo de Edipo, en el que el individuo interioriza el tabú fundamental del incesto hacia el progenitor de sexo contrario, y se identifica con el del mismo sexo.¹⁶ En esta concepción, los sentimientos de sí mismo (*self*) son manifestaciones que emergen a la conciencia como resultado de la interacción de estas fuerzas. No se les da demasiada importancia en sí mismos, ya que son el resultado de lo que realmente importa: el inconsciente, y se piensa que son deformaciones de los impulsos profundos por acción de los mecanismos de defensa. El *self* también es concebido como el conjunto de funciones del Yo (Folch, 1985, Adroer y otros, 1985), pero desprovisto de su componente vivencial.

Uno de los primeros textos sobre las vivencias que conocí fue el de Winnicott (1967), citado por Palacio Espada en las supervisiones a «Horizon» de Ginebra. En este texto, Winnicott estudiaba los sentimientos de soledad y la capacidad de estar solo. Los trataba con sensibilidad y enmarcándolos en la teoría psicoanalítica del psiquismo. Más tarde, en las supervisiones que hice con él durante muchos años, Alberto Campo me entregó un día su estudio sobre el aburrimiento en un caso de tratamiento.¹⁷ En cuanto a los sentimientos en los inicios del psiquismo, en mi entorno he conocido los trabajos sobre la sensorialidad (Júlia Corominas,¹⁸ 1984 y 2000).¹⁹ Estos trabajos invierten la relación entre la identidad y los sentimientos de sí mismo, ya que consideran que estos forman «núcleos de sensorialidad», que son los primeros organizadores del psiquismo, una idea que el descubrimiento de las redes neuronales parece confirmar.²⁰

En relación al enamoramiento, el modelo intrapsíquico contempla que los sentimientos se proyectan (identificación proyectiva) y, si bien se admite que tienen influencia sobre el otro, es una relación entre dos mentes, cada una ya formada o «terminada». Por el contrario Heinz Kohut fundó la corriente del psicoanálisis de *self*, que forma parte del psicoanálisis relacional, en la que el *self* es entendido como el sentimiento de sí mismo, claramente diferenciado de la identidad y del Yo. La idea esencial de Kohut es que la identidad es una ilusión de la conciencia y la percepción del mismo modo que en una película vemos como una sucesión continua lo que en realidad son fotogramas discontinuos. Así, experimentamos sentimientos de sí mismo puntuales y es la necesidad de tener una concepción unificada de sí mismo lo que los une en una imagen continua. Kohut concibe, pues, la identidad como Heráclito el río: es el mismo porque tiene un recorrido fijo, pero sus aguas son siempre diferentes.

Una característica importante de la noción del *self* de Kohut es que está altamente influenciado por la relación con el otro y es el centro de las iniciativas. El hecho de que esté formado por unidades (sentimientos) diversas, implica que en cada relación activan conjuntos de unidades determinadas, tanto en una persona como en la otra. Así, la noción de sí mismo es particular para cada relación, dependiendo de la significación emocional que comporte y los sentimientos que active. De ahí, también, que la persona (su Yo) tome unas u otras iniciativas, dependiendo de lo que se activa en la interacción. Obtenemos así una visión mucho más interactiva y transformadora del enamoramiento,

ya que los *selves* activados en la relación expanden y adquieren predominancia en el conjunto de la personalidad.

Veamos con algo más de detalle los funcionamientos cerebrales. Como he explicado, el psiquismo se organiza en torno a las primeras excitaciones neuronales (que forzosamente comportan sensaciones y vivencias), y la compleja red de conexiones neuronales dirige las excitaciones locales a las zonas cerebrales de la conciencia. Estas se convierten así en los centros de recepción sensorial en los que el sujeto obtiene una noción unificada de sí mismo. Son los conocidos efectos perceptivos de la «buena forma» y la «clausura» demostrados por la psicología de la Gestalt.

Debemos pues diferenciar el «sentimiento de sí mismo» (una sensación inmediata y puntual, aunque pueda repetirse) de la «noción de sí mismo» (más elaborada y con algún grado de reflexión). La identidad es un grado aún superior de elaboración, pero parte en todo caso de estas primeras sensaciones y nociones que surgen por la interacción. Podemos distinguir pues el «*self* sensible», o sentimiento que se experimenta, y el «*self* reflexivo», ya elaborado por la conciencia. Más adelante veremos algunas de las ideas de los filósofos sobre esta diferencia pero volvamos por el momento a lo que sucede en el enamoramiento. Por experiencia sabemos que produce sensaciones nuevas y, por los descubrimientos neurológicos recientes, podemos suponer que su intensa emocionalidad es capaz de crear nuevas conexiones. Siguiendo la metáfora de Heráclito («nunca nos bañamos dos veces en las aguas del mismo río»), el enamoramiento es sin duda una violenta riada que hace emerger capas profundas a la vez que incorpora nuevas aguas, lo que relativiza la idea de la repetición de Freud.

3.3.1. El *self* en la Filosofía

En una breve revisión de las concepciones históricas del *self* en la Filosofía, añadiré al «*self* sensible» y al «*self* reflexivo», el «*self* inclusivo». El concepto de *self* surge dentro de la interrogación sobre la esencia del «ser» y relacionado, como en el psicoanálisis, con el concepto de «identidad». Entre las múltiples visiones o interpretaciones de la historia de este concepto, seguiré al filósofo moral quebequés Charles Taylor (1989).²¹

Las antiguas filosofías orientales postulaban que el ser esencial es inmaterial y espiritual, aproximado al concepto occidental de «alma». Así, su conocimiento, no es accesible a la simple conciencia, sino que requiere cierta disposición introspectiva.

Taylor (1989: 170) señala que en la primera obra occidental escrita, *La Iliada*, Homero no concibe el ser como una entidad sino como un impulso. Así, la «psyche» es la energía vital, el aliento insuflado por los dioses en los hombres y no existe el concepto de «mente» como entidad. Este concepto no aparece hasta la máxima «Conócete a ti mismo» de Sócrates, probablemente (según Taylor) como una reacción, o al menos un avance respecto a la noción homérica.

Los discípulos de Sócrates y fundadores de la tradición filosófica occidental, tuvieron dos concepciones diferentes del ser. Para Aristóteles había que distinguir radicalmente entre el ser, que forzosamente debía ser idéntico a sí mismo, y los impulsos y las

emociones, que son circunstanciales y variables por naturaleza. Su concepción es racionalista: el ser solo se puede conocer mediante la reflexión racional, haciendo abstracción de las impresiones sensoriales. Aquí se prefigura ya el relegamiento del *self* en beneficio del concepto de «identidad» que encontramos en Freud.

Platón tuvo un concepto más complejo del ser, ya que desconfiaba tanto de los impulsos y las emociones como de la razón y, haciéndose eco de las filosofías orientales, señalaba el componente «sensible» del ser. En su conocido «Mito de la caverna», concebía a los hombres sumidos en la oscuridad y engañados por los sentidos, y proponía la reflexión introspectiva y sensitiva para captar la verdadera esencia del mundo y del alma, la verdadera sede del ser. Ya en la época romana, Plotino²² (204-270) fue el enlace entre Platón y San Agustín (354-430), uno de los «padres de la Iglesia» e iniciador de la filosofía cristiana. Plotino recogió la distinción entre lo que es corpóreo o material y lo que es espiritual o inmaterial, así como la dimensión reflexiva y subjetiva del ser.

Profundizando en esta noción, San Agustín definió el «sí mismo» como un espacio interior privado (*In interiore homine*), la primera noción clara de psiquismo individual, íntimo e intrapsíquico. Atribuyó a este espacio interior la capacidad de discernir el Bien del Mal y es célebre su máxima «Ama y haz lo que quieras», que expresa la idea de que cualquier acto emanado del amor al prójimo es virtuoso. Esta idea indica claramente la actuación de la disociación ya que delimita radicalmente ambos tipos de impulsos y sentimientos: los del Bien, de carácter amoroso, y los del Mal, de carácter destructivo. San Agustín tiene, pues, un concepto altamente sensitivo y emocional de este espacio interior. Concibe la racionalidad como una capacidad humana muy valiosa, pero supeditada a la sensitiva (el «*self* sensible» de Platón) que resulta imprescindible para distinguir el Bien y el Mal, con dos precisiones: esta capacidad sirve para reconocer a Dios, especialmente su bondad infinita, y para reconocer la perfección de su creación. Por otra parte, consideraba que el razonamiento debía ser reflexivo, dirigido hacia dentro, a fin de calificar moralmente los sentimientos y distinguir el Bien del Mal. También creía que esta reflexión, a la vez racional y sensitiva, permitía reconocer a Dios (el Otro) *In interiores homine* (dentro de nosotros). Esta idea es especialmente interesante porque es precursora de la intersubjetividad y otros conceptos relacionales. Esta filosofía exalta el amor al prójimo, hacia todo otro ser humano, en el que se reconoce la bondad divina. Contiene claramente la idea de la influencia mutua («Donde las dan, las toman»), el contagio y el efecto espejo. Siguiendo la misma idea, San Agustín resalta los pasajes del Nuevo Testamento (la vida de Jesús) que muestran que se encuentra a Dios dentro de uno mismo y en el otro, especialmente en los desfavorecidos.

Siguiendo a San Agustín, el enamoramiento de la pareja debe ser también moralmente bueno, libre de malas pasiones, y su calificación moral no depende de la conducta sino de los sentimientos y las intenciones. Nuevamente reconocemos la disociación, esta vez, casi en los mismos términos explicados por Klein y Rivière (1940-1963) en *Psicoanálisis de l'amor i l'odi*, incluyendo la idea de que el enamoramiento puede contener los dos impulsos instintivos opuestos, que deben ser discernidos y mantenidos separados. Desde

este punto de vista, el amor cristiano debe evitar rigurosamente la contaminación del Bien por el Mal, la destructividad, la degradación del otro, ya que en él debe buscarse la virtud y a Dios. El enamoramiento es pues fuertemente idealizado.

La filosofía moderna adoptó una noción radical de *self* reflexivo («noción» de sí mismo), rehuendo el *self* sensible («sentimiento» de sí mismo). Como señala (Taylor, 1989: 183-202), el «*Cogito ergo sum*» de Descartes (1596-1650) es plenamente función reflexiva, conciencia de sí mismo; y considera la emocionalidad el mayor enemigo de la racionalidad y el conocimiento objetivo. Con la excepción de Rousseau, la tradición ilustrada condenó la vertiente emocional del *self* y la vertiente sensitiva no es afrontada directamente sino sublimada en la recreación estética. En este caso, pues, la disociación no actúa solo separando el Bien y el Mal, sino también la racionalidad de la emoción y la sensibilidad.

De este *self* reflexivo se deduce una noción racional e idealizada del enamoramiento, con una fuerte disociación entre sus representaciones conscientes (sometidas a la censura) y las inconscientes. Hay que precisar que, para Descartes, la reflexión ya incluye la presión emocional. No obstante, como se ha dicho recientemente, este fue *El error de Descartes* (Damasio, 1994). Así lo muestran las sublimaciones novelísticas que siguieron a la Ilustración, en las que se manifiestan conflictos dramáticos entre la razón y la emoción (*Madame Bovary* es el paradigma de ello).

Por el contrario, John Locke (1632-1704) y la tradición empirista dieron un valor esencial a los sentidos (vista olfato, etc.) como suministradores de información empírica, a la sensorialidad (las sensaciones internas) y a las emociones. Locke definió explícitamente el «*self* puntual», es decir, las nociones momentáneas y discontinuas de sí mismo. Es fácil asociar este concepto al *self* psicoanalítico de Kohut y al efecto de la activación de redes neuronales evidenciado por Kandel.

En la misma tradición, David Hume (1711-1776), recuperando la idea de Heráclito, formuló textualmente que «a pesar de nuestra noción de ser los mismos a lo largo de los años, en realidad hemos experimentado cambios en múltiples facetas» (Taylor, 1989: 223-247). Hume cree, pues, que la identidad es una ilusión de la conciencia formada por *selves* puntuales, de donde podemos inferir que el enamoramiento, como fenómeno altamente sensible, produce cambios en la identidad. En este sentido, Taylor (1989: 170) señala que Lutero (1483-1546), cuyas ideas son fundamentales en la tradición empirista, desconfiaba de la razón y daba una gran importancia a las vivencias internas (siguiendo la tradición de San Agustín). Aquí, no hay una disociación radical como en la filosofía racionalista, y se deduce una noción del enamoramiento, tal vez exaltada, pero no idealizada; con mayor integración del razonamiento, la emoción y la sensibilidad.

Finalmente, en la *Fenomenología del espíritu* (1807), Hegel (1770-1831) despliega una concepción explícita del *self*. Su exploración sistemática influencia todo el pensamiento posterior, incluyendo la literatura y la poesía, hasta el mismo psicoanálisis.

Hegel sitúa el *self* en la conciencia y señala que es más complejo de lo que esta percibe. Esta definición contiene claramente la noción de inconsciente y marcó el camino de la posterior psiquiatría fenomenológica, interesada por las vivencias (Berrios

y Markov, 2003). Hegel define el *self* como el resultado de una compleja interacción («dialéctica», en su terminología) entre la percepción inmediata de sí mismo, la identidad social (como una contingencia externa) y las relaciones interpersonales. La conciencia recoge todas estas variadas fuerzas, pero tiene la capacidad de reflexionarlas, produciendo la «subjetivación», un concepto esencial para el psicoanálisis relacional. Este concepto es clave para Hegel, ya que le lleva a otro concepto fundamental: la «visión del mundo» (*Weltanschauung*), o forma total en que el sujeto se concibe a sí mismo, a los demás y el mundo. La subjetividad es específica de cada individuo y es el resultado de la dialéctica entre todos los factores y de su acceso selectivo a la conciencia. Esta noción de «selectividad» en el acceso a la conciencia contiene ya las ideas de censura y represión de Freud y la de disociación de Klein.

Para Hegel, las relaciones con los otros tienen un papel trascendente en la noción de sí mismo, lo cual es un antecedente del concepto de intersubjetividad. Así, su célebre «Dialéctica del amo y el esclavo» explica que cada uno de ellos debe su condición a la relación que mantiene con el otro (Kojève, 1933). Esta idea ha tenido amplios desarrollos en la filosofía moral y política y también en el psicoanálisis, de la mano de Lacan. Esta noción es muy relevante para el enamoramiento, en el que ambos se sienten a sí mismos según los *selves* que se han potenciado en la relación. La noción de *self* de Hegel incluye, pues, tanto el *self* sensitivo como el reflexivo: no hay ningún aspecto que no esté contemplado y que no tenga alguna influencia en la noción que el individuo tiene de sí mismo.

Para Hegel (1806) la pasión amorosa es repentina y condenó el «contractualismo» en las relaciones de pareja y los intereses que podían imponerse a la sensibilidad y el espíritu. Contiene, pues, una noción del Bien y el Mal (moral), pero no disocia ninguna vertiente del *self*, al contrario, impone la necesidad imperativa, ineludible, de que el enamoramiento contemple todas las vertientes del *self*. De ahí surge la idea de la responsabilidad y la de la iniciativa, un concepto esencial para Kohut y otros psicoanalistas relacionales. Para Hegel, los elementos que forman parte del proceso no deben dominar al sujeto, es decir, no anulan el valor de la conciencia moral ni el de la iniciativa (consciente). Este es un punto importante porque de las filosofías anteriores se deduce un sujeto que actúa bajo dictados que desconoce, o bien al contrario, basándose únicamente en la conciencia y el razonamiento. Hegel reconoce las fuerzas ajenas a la conciencia pero reclama que el sujeto no se doblegue, que no eluda su responsabilidad ni pierda la iniciativa voluntaria ni la valoración moral. Esta idea de Hegel de que hay que reconocer las fuerzas no conscientes y sobreponerse a ellas parece ser un antecedente del «programa» psicoanalítico enunciado por Freud (1923): «Donde había el Ello, debe haber el Yo».

Finalmente, Hegel concibe la identidad como el resultado de una dialéctica en la que interviene tanto la conciencia como la identidad social. Critica la noción aristotélica de identidad ($A=A$) por tautológica y quiere hacerla sustancial, concreta, definiéndola finalmente como lo que se repite, es constante y subyacente a las diferencias circunstanciales. La identidad es aún más inclusiva que el *self*, que excluye lo que no es

constante. A pesar de la prevención necesaria al interpretar a Hegel,²³ creo que se puede deducir la idea de que los *selves* producidos en el enamoramiento pasan a formar parte del conjunto de elementos de la identidad siempre que se dé la repetición. Así el *self* no es un elemento añadido o un subproducto de la emoción o la identidad, sino uno de sus elementos constitutivos.

Como hemos visto, en Hegel encontramos los conceptos fundamentales del psicoanálisis sobre el *self*: la sensibilidad, la emocionalidad, la racionalidad, la subjetividad, la intersubjetividad, la identidad y la iniciativa. A continuación veremos los sentimientos que emergen en el enamoramiento y son posteriormente elaborados e integrados en el conjunto de la personalidad.

3.4. Los sentimientos del enamoramiento y la complicidad

A través de amar a otra persona, y que otra persona nos ame, aprendemos a amarnos a nosotros mismos.

MURAKAMI, *IQ84*. 2009: 547

En este apartado veremos los sentimientos más significativos del enamoramiento. Algunos de ellos son nuevos para la persona y otros no, pero estos son experimentados con mayor intensidad y de diferente manera por efecto de diversas disociaciones y por el hecho de ser compartidos con otro. Este hecho es sustancial al enamoramiento y comporta una gran transformación del sentimiento de sí mismo. En especial, el hecho de que se manifiesten aspectos muy íntimos de la personalidad que no se han manifestado en otras relaciones y que éstos sean devueltos por el otro, da a esta relación un carácter privilegiado y único y crea un sentimiento nuevo de complicidad. Como veremos, este es el núcleo de la relación de pareja y determinará su evolución.

3.4.1. Amor y pasión: el amor despiadado

La pasión es el sentimiento más característico del enamoramiento y es producido por varias disociaciones. La primera y más evidente es la que se da entre la emocionalidad y la racionalidad. Otra disociación es la conocida oposición de amor/pasión, que ahora diferenciaremos en el sentido de que en el amor hay una preocupación por el otro que no se da en la pasión. La intensidad emocional potencia la realización de los impulsos e ignora (disocia) los elementos inhibidores: la racionalidad, la conciencia, el Yo, el Superyó y el cuidado del otro (que es un elemento del Superyó).

En su estudio sobre el narcisismo, Freud (1914) consideró el enamoramiento como una regresión narcisista, ya que devuelve al repliegue sobre sí mismo (egocentrismo) e ignora la independencia del otro. Más adelante, en la cita que encabeza este capítulo (Freud, 1930) expone la idea de que, en la pasión amorosa, ambos «Yoes» se funden, formando uno solo.

Klein y Rivière (1940-1963) introdujeron la idea de que la pasión contiene impulsos destructivos como los que experimenta el bebé hacia la madre, impulsos que son disociados de la conciencia y transformados en sus contrarios: en la exaltada idealización del otro. En una interpretación más extrema, Klein (*Envidia y gratitud*) concibió que la admiración es inconscientemente envidiosa, ya que se quiere poseer la calidad admirada hasta el punto de destruir su poseedor. La argumentación de Klein es que el bebé exprime el objeto admirado (el pecho de la madre) sin conciencia de su independencia y del posible efecto destructivo. Este es el fenómeno que vemos con enamoramientos intensamente destructivos del otro.

Winnicott (1945) aportó la noción de «amor despiadado» (*Ruthless Love*) para referirse a este amor extremadamente posesivo del bebé hacia la madre. A pesar de su carácter destructivo, Winnicott considera que el sentimiento de posesión es fundamental para el establecimiento de vínculos. Esta «apropiación» es sustancial al hecho de depositar las cargas emocionales en el otro, y solo más tarde evolucionará hacia su reconocimiento como persona independiente.

Anna Maria Nicoló (2010a), experta en pareja y compañera de la EFPP, ha aplicado este concepto, señalando «las dos caras de la pasión»: la creatividad y la destrucción. El amor despiadado contiene aspectos agresivos que son fundamentales para traspasar las barreras que contenían hasta ahora el deseo sexual y la intimidad. Esta es la condición para que emerjan los nuevos aspectos adultos y, más en general, liberar los impulsos que conducen al desarrollo creativo de la personalidad. El «sentimiento despiadado» implica, pues, una supresión de la censura y la emergencia de la genitalidad y los efectos psicológicos asociados: afirmación, expansión del Yo, iniciativa y decisión (agencia). Esta vertiente de la pasión es indisociable de la creatividad, ya que toda creación conlleva la destrucción de un estado anterior.

Nicoló (2010a: 6) señala el «efecto espejo» de la pasión: ambos sienten lo mismo, y se avienen a traspasar estos límites entre ellos. Se crea así una relación con reglas distintas de las que rigen en otras relaciones. En ésta, se permite la emergencia de impulsos y la trasgresión de los límites no permitidos en otras. Este acuerdo lleva implícito un pacto de no traspasar la línea entre la agresividad y la destructividad, garantizando la preservación del otro. Se forma así la complicidad, fundamental para osar experimentar las nuevas sensaciones, en las que están presentes los sentimientos amorosos y agresivos. La complicidad convierte la relación entre los enamorados en un espacio emocionalmente seguro y, como veremos, será la base de todo el desarrollo posterior de la pareja.

3.4.2. Intimidad y regresión: la vergüenza

Así, la intimidad y la regresión son las dos experiencias básicas del enamoramiento y son señales o inicios de complicidad. Volveremos a la adolescencia para comprender las dificultades que conllevan, aunque también se encuentran en otras edades.

La regresión es la expresión de los aspectos infantiles de la personalidad y comporta implícitamente una demanda de protección, por lo que el adolescente la reprime y

también se reprime en los primeros contactos o fase de seducción, en la que es característico mostrar la identidad adulta y las capacidades, como observamos en las paradas nupciales de todas las especies animales. A medida que se inicia el enamoramiento, se expresan los aspectos infantiles (por ejemplo, imitaciones del habla infantil o similares, que también encontramos en parejas muy consolidadas), que tiene un carácter de invitaciones (inconscientes) a establecer un espacio sin crítica y una relación de confianza y complicidad que permita traspasar los límites habituales en las otras relaciones. Nuevamente, también aquí tiene un papel esencial la disociación, ya que excluye la conciencia crítica y permite la aplicación de un criterio moral específico para esta relación.



Figura 9. Eva después de la caída, de Rodin.

Aulagnier (1991) y Nicoló (2010a) señalan que la intimidad implica vulnerabilidad y, por tanto, sentimiento de peligro. Su manifestación requiere pues mantener disociados e inconscientes varios elementos psíquicos hasta que se va confirmando el pacto con el otro. Un recurso cultural clásico para promover la disociación es la utilización de sustancias psicotrópicas (afrodisíacos, alcohol y drogas).

Los sentimientos asociados a la expresión de estos aspectos infantiles y transgresores son la culpa y la vergüenza. La culpa se explica por la trasgresión de las normas morales (surge del Superyó) y es el sentimiento más estudiado por Freud y Klein. Por el contrario, la vergüenza no ha recibido una atención especial hasta Kohut (1971). Aunque la analiza como vivencia y sentimiento de sí mismo (*self*), en la vertiente teórica, la vincula al Yo y al narcisismo, y la interpreta como una crítica por no cumplir el ideal grandioso de sí mismo. Dentro de la misma corriente del *self*, Andrew Morrison (1987), considerado el estudioso principal de la vergüenza, la definió como «un afecto que refleja el sentimiento de fracaso o de deficiencia del *self*». Así, la vergüenza emerge cuando el sujeto siente la mirada crítica del otro o de sí mismo en el momento en que ha manifestado algún aspecto nuevo de sí mismo.²⁴

Reconocí la importancia central de la vergüenza y los autores que la han estudiado por Rosa Velasco (2008),²⁵ que explica su amplio efecto inhibitorio de la iniciativa y el desarrollo. Retomando algunos de los casos que hemos comentado anteriormente, reconocemos la vergüenza en las dificultades de Amiel para escoger una pareja ya que encontraba que todas las candidatas le desmerecían a los ojos de los demás y de sí mismo. También el caso «J» (Llovet, 2010a), sobre el que me extenderé más adelante, sufría una intensa vergüenza en las relaciones que iniciaba. Como señalan Velasco y Lichtenberg (2006), la vergüenza inhibe los «atrevimientos» necesarios para expresar la regresión y la intimidad. Una aportación esencial de Velasco es que la vergüenza es un indicador de desarrollo emocional y relacional, ya que implica el reconocimiento de la diferenciación y la sensibilidad hacia los demás. Por el contrario, su inexistencia es propia de personalidades narcisistas, para quien la aceptación de los demás es irrelevante, o psicopáticas, insensibles al otro. En este sentido, la aparición de la vergüenza indica que se da valor a la relación y se depositan en ella elementos íntimos y regresivos. Por el contrario, su inexistencia (el descaro) implica falta de reconocimiento del otro y de atribución de valor a la relación.

3.4.3. La complicidad

Si te lo tengo que explicar para que lo entiendas, esto quiere decir que, por mucho que te lo explique, no lo entenderás.

MURAKAMI, 2009: 551

La complicidad del enamoramiento es el fenómeno central de las transformaciones que provoca. Es interesante pensar en la expresión tradicional de «declararse» y sus dos vertientes: interpersonal y pública, ambas de grandes efectos transformadores. La

primera indica el hecho de revelar el mundo interior al otro y el inicio de la complicidad. La vertiente pública implica el anuncio (*Urbi et orbi*) de la transformación interior y la asunción de la vertiente social de la nueva identidad.

Freud y Kohut vincularon el enamoramiento a la identidad y al narcisismo, ya que su emergencia en la conciencia está controlada por el Superyó, que lo acepta o lo reprime. El hecho de que la «declaración» sea correspondida o rechazada tiene un gran impacto sobre esta instancia psíquica. Si el enamoramiento es correspondido, es «dictaminado» favorablemente por el superyó y se integra en la nueva identidad asociado a sentimientos (narcisistas) de autoestima. Si por el contrario es rechazado, crea un conflicto interno y sentimientos de menosprecio (hacia sí mismo o hacia el otro). En este sentido, la complicidad del otro conlleva que el enamoramiento sea aceptado por el Superyó y se inicie una gran transformación del conjunto de la personalidad.²⁶ Si es mutuamente correspondido, la complicidad crea un «Superyó diádico» (bipersonal) que contempla benévola e incentiva los sentimientos de enamoramiento en ambos miembros de la pareja. Esta creación es trascendente porque viene a completar la pareja como una entidad en sí misma. Efectivamente, si tomamos como referencia la estructura de personalidad psicoanalítica clásica, formada por el Ello, el Yo y el Superyó, los dos primeros (el deseo emergiendo de la instancia instintiva y la voluntad e iniciativa de aproximarse a la otro) ya eran compartidos en el inicio del enamoramiento. La aceptación mutua de la declaración amorosa, el «visto bueno», completa esta estructura. Así, este Superyó diádico deja de promover las reacciones defensivas o sentimientos de rechazo (vergüenza, culpa, etc.). Si consideramos los elementos dinámicos clásicos (el inconsciente y el consciente), observamos el mismo efecto. La complicidad facilita que los deseos inconscientes accedan a la conciencia. Dentro de la díada formada por los enamorados se crea, pues, una comunicación fluida entre los deseos y su realización. Más adelante hablaremos de la «membrana extradiádica» que protege esta nueva entidad con respecto al entorno.

No obstante, debemos precisar que la complicidad no se forma voluntaria y explícitamente. Al contrario, la experiencia común que todos tenemos es que se establece mediante signos muy sutiles, muy difíciles de captar y explicar, tal como refleja la cita de Haruki Murakami que encabeza este apartado. Como el silencio, que se rompe cuando se menciona, la complicidad no se explica: se entiende. Destaquemos algunos elementos de la sutileza de la complicidad. Uno de ellos es la importancia de «lo que no se dice pero es entendido», lo que no es explicado ni es consciente pero es sabido inconscientemente (intuido). La complicidad no está formada por lo que la pareja «declara» sino, justamente por lo que no hace falta decir ya que forma parte «natural» del ser de cada uno y es compartido también de forma natural. Dicks, (Perez Testor, 2006) hizo algunas observaciones sobre la facilidad que aporta la homogamia cultural a las parejas, ya que conlleva que se compartan supuestos básicos, valores y preferencias.

El concepto de «conocimiento relacional implícito» (CRI) del grupo de Boston (BCPSG, 2007 y 2008) aporta elementos para profundizar en la formación de la complicidad. Este concepto se inscribe dentro de una investigación mucho más amplia

sobre los procesos de cambio terapéutico y la naturaleza del inconsciente que explicaré más adelante. De momento, me limitaré a lo que es relevante para el fenómeno de la complicidad. En las observaciones de las interacciones de las díadas (bebés/madres y pacientes/terapeutas), los investigadores han observado lo que llaman «curso interactivo», compuesto de gestos, vocalizaciones, silencios y ritmos» (BCPSG, 2006: 2). Este conjunto constituye un «discurso paralelo al discurso verbal que informa a los participantes en la interacción sobre el curso de la misma, con independencia de lo que se comunica explícitamente. El grupo de Boston ilustra su concepción del CRI mediante un bello pasaje de la obra *The Master*, de Colm Tóibín: «Ella sabía que todos deseaban escuchar lo que estaba diciendo, así que alternó la voz fuerte con murmullos. Se dirigía largamente a unos y brevemente a los demás, pero no se interrumpió para nadie. Al contrario, prosiguió dejando claro a todos con su mirada que nadie era libre de seguirla». El Grupo de Boston señala que, mediante este conjunto de señales que acompañaban sus palabras (explícitas), la mujer que hablaba transmitía un mensaje paralelo sobre cómo debían interpretar el mensaje explícito.

Este grupo precisa que, a pesar de su valor comunicativo y expresivo, el CRI no se refiere a la comunicación no verbal, sino a un conjunto de supuestos que, de hecho, son inconscientes. Son señales cuyo significado es difícil de explicar porque forman parte de lo que la persona considera «normal». Parte de estos significados proviene de sus contextos anteriores: la familia y otras redes relacionales, en las que hay cosas que se dan por supuestas. Quizás deberíamos considerarlo un «metalenguaje», una clave interpretativa que modifica, añade, matiza, los significados explícitos y también los silencios. Lo importante es que estas señales son familiares y de significado claro si son compartidos. En caso contrario, resultan difícilmente comprensibles. Como indica el Grupo de Boston y otros autores relacionales (Lyons-Ruth, 2003; Lachmann, 2003; Velasco, 2011), estos sutiles detalles producen sentimientos de confianza en el otro y en sí mismo y generan el CRI esencial para la continuidad de la díada (sea paciente/terapeuta, madre/bebé o pareja). En el capítulo siguiente veremos su papel y el de la complicidad en la fase de formación de la pareja.

¹⁴. La especie de pájaro «arquero», del orden de los paseriformes, construye el nido, se aleja para contemplarlo en perspectiva varias veces y añade o quita elementos que solo tienen una función estética (Morell, 2010).

¹⁵. La «teoría de la mente» es la explicación que nos hacemos de la mente del otro. Es fundamental para los intersubjetivistas y otras corrientes psicoanalíticas relacionales.

¹⁶. La identidad no se limita a la identificación sexual, sino que implica otras partes de la personalidad: los diversos aspectos del Superyó (ideal del Yo, autoestima, etc.) y su vertiente social.

¹⁷. Véase otro estudio similar sobre la hipocresía: Campo, 1991.

¹⁸. Júlia Corominas Vigneaux (2010-2011), junto con Pere Bofill y Pere Folch, fundó la Sociedad Española de Psicoanálisis y otras entidades asociadas. Destaca su labor en el Centro piloto de Parálisis cerebral de Catalunya.

¹⁹. Los ex compañeros de Sant Pere Clavé, Jaume Aguilar, Lúcia Viloca y Antònia Grimalt, han desarrollado la labor iniciada por Corominas en el campo infantil.

²⁰. Dentro del psicoanálisis, esta idea fue adelantada por Esther Bick en un artículo de 1968 (Adroer y otros, 1985). Bick fue alumna de Bowlby y es conocida por haber iniciado la observación de bebés.

²¹. Conocí su obra por Ferran Requejo en el departamento de Ciencias Políticas de la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona. Taylor es experto en Hegel, y me interesaron mucho sus análisis filosóficos de conceptos que también utiliza el psicoanálisis, del cual es buen conocedor.

²². Este filósofo adoptó este nombre en honor a Platón. Vivía en Egipto romanizado, razón por la que Taylor piensa que estaba más influido por las filosofías orientales que los griegos europeos.

[23.](#) En una mirada retrospectiva, los filósofos actuales remarcan que, por la complejidad de la obra de Hegel, otros autores han encontrado argumentos para fundamentar las ideas más diversas y opuestas. Ilustrativamente, los utilizaron tanto el marxismo como el nazismo.

[24.](#) Darwin habló de la vergüenza en *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre* como una emoción derivada de la percepción de peligro. Las antropólogas Ruth Benedict (1987-1948) y Margaret Mead (1901-1978) retomaron estas hipótesis a la luz de Freud, considerando la vergüenza un mecanismo de regulación social. En este caso también se vincula a la sensación de peligro, si bien esta vez no es de orden natural sino cultural. En el capítulo dedicado a la Psicopatología profundizaremos sobre la vergüenza.

[25.](#) Rosa Velasco, psicoanalista de la SEP y de IARPP, comenzó a supervisar el equipo del ICS de Collblanch ya través de ella conocí más ampliamente el psicoanálisis relacional.

[26.](#) *La transformación* de Kafka es un aterrador relato de las vivencias y consecuencias patológicas de no poder revelar las transformaciones internas.

> 4. LA FORMACIÓN DE LA PAREJA

El amor se encuentra donde el deseo y la realidad se cruzan.

OCTAVIO PAZ

La fuerte emocionalidad del enamoramiento no puede perdurar con la misma intensidad y evoluciona hacia el amor maduro con la progresiva integración de elementos de las personalidades que no se habían manifestado anteriormente en la relación. En este proceso, los individuos se influncian mutuamente y se ajustan. Dicho en los términos de la identidad y el cambio del capítulo anterior, en este proceso, los enamorados «son, pero no son los mismos que eran». Desarrollando la idea contenida en la cita de Octavio Paz que encabeza este capítulo, el cambio fundamental es que el enamoramiento deja de dirigirse al otro deseado o fantaseado para encontrar el otro real.

He comenzado este estudio tomando la conexión emocional como lo que mantiene unida la pareja. Esta fuerza es evidente en el enamoramiento, pero este tiene cierto grado de ficción, ya que grandes partes de las personalidades no se manifiestan en él. Obviamente, la continuidad de la pareja depende de la compatibilidad de estas partes de las personalidades que emergen y existen multitud de posibilidades: que sean compartidas, que sean «toleradas», que sean rechazadas y un largo etcétera. El contrapeso o el otro «plato de la balanza» es siempre el apego que se ha generado en el enamoramiento.

Lo que determinará la formación de la pareja serán los sentimientos que emergen a medida que disminuye la intensa fusión del enamoramiento. Sabemos que existe el mito del enamoramiento sostenido, un mito muy rechazado por varias razones. Unas, que veremos en el capítulo de la cultura, son ideológicas. Otras razones para este rechazo son el puro sentido común o se basan en principios terapéuticos, ya que el mito crea falsas expectativas y dificulta la relación «real». Como veremos, el proceso de formación de la pareja conlleva un ajuste de las personalidades, desestimar algunas expectativas, asumir limitaciones y afrontar, entre otros sentimientos, los de soledad.

En la formación de la pareja intervienen los patrones de relación que se utilizan habitualmente y buena parte del ajuste entre los enamorados no depende solo de la atracción o de las afinidades, sino también de estos patrones. Ya que se han formado durante la infancia (en la relación con los progenitores), surge a menudo la polémica de si estos patrones tienden a repetirse o bien adquieren una forma diferente en cada pareja. Mientras la opinión clásica, basada en Freud, es que se repiten, tanto los autores relacionales actuales como los descubrimientos sobre la plasticidad neuronal aportan

argumentos para pensar que la repetición es relativa, no absoluta. Hay elementos que sí se repiten, pero no todos, ya que cada relación desencadena reacciones diferentes. En el proceso de formación de la pareja, sus miembros se influyen mutuamente a varios niveles ya que la relación continuada y privilegiada potencia múltiples aspectos de las personalidades. Anteriormente he analizado esta influencia durante el enamoramiento desde el punto de vista de la identidad y el *self* o la forma de sentirse. En la formación de pareja esta influencia es menos perceptible pero más profunda. La concepción que tenemos de nosotros mismos, de la vida, cómo nos relacionamos (también fuera de la pareja, reciben la influencia del otro y el otro recibe a su vez nuestra influencia. Aun las grandes cuestiones de la existencia planteadas por los filósofos (quién soy, cuál es el sentido de la vida, etc.) reciben esta influencia, incluso si no hablamos de ellas ni las pensamos explícitamente.

Durante la formación, la pareja desarrolla su «conocimiento relacional implícito» (CRI) explicado por el Grupo de Boston (BCPSG).²⁷ Este nuevo concepto tiene un gran valor, ya que refleja un aspecto del conocimiento mutuo que, si bien forma parte de lo que ya se tenía en cuenta, no había sido elaborado teóricamente. La elaboración que ha hecho el BCPSG ha abierto nuevas perspectivas en el análisis de las relaciones e implica una profunda reconsideración del concepto de inconsciente. Así, muestra que hay pequeñas señales que nos indican aspectos esenciales de las relaciones: lo que se entiende aunque no se verbalice, la comprensión mutua de las motivaciones e intenciones, lo que podemos esperar del otro, lo que el otro espera de nosotros y otros similares. Todos estos elementos determinan la evolución de la relación y se captan de manera espontánea e inconsciente. El concepto de CRI comporta, pues, un nuevo concepto de inconsciente: el implícito. A diferencia del inconsciente ya conocido, éste no se forma por la represión de vivencias dolorosas, sino por una multitud de pequeñas señales que captamos inconscientemente y que, también inconscientemente, dan significado a las relaciones que establecemos. A pesar de su carácter inconsciente, pueden ser llevados a la conciencia con mayor facilidad que los reprimidos. Pueden comportar sentimientos dolorosos, por ejemplo, poniendo en evidencia la falta de correspondencia en el sentimiento amoroso. Sin embargo, no es un dolor de igual magnitud que cuando emerge a la conciencia el recuerdo de una experiencia traumática, es decir, no es el inconsciente que descubrió Freud. No obstante los descubrimientos recientes sobre los procesos de memoria (implícita, procedimental, etc.) han aportado evidencias sobre la influencia determinante de este tipo de conocimiento.

Otro fenómeno en esta etapa de la pareja es la formación de las «membranas» (según Dicks, 1967) que delimitan el espacio privado entre ellos y también el espacio interior exclusivo de la pareja. Las membranas establecen las áreas y el grado de privacidad entre ellos y también respecto al entorno. Se abre aquí un amplio abanico de variedades, ya que cada pareja hace su construcción particular.

Todo este conjunto forma la identidad de la pareja, que se convierte en un punto de referencia básico para los individuos. Por esta razón, la pareja cobra entidad por sí misma, como un ente hasta cierto punto independiente de los individuos. En todo caso,

esta debe ser un espacio en el que sus miembros se sientan emocionalmente seguros y aceptados tal como son. La formación de la pareja es, pues, un proceso de pacto, mayormente implícito, de construcción de este espacio compartido que sirve tanto internamente, en la intimidad individual, como externamente, en las relaciones con otros.

4.1. El apego y los patrones relacionales

En la evolución que lleva desde el enamoramiento hasta el amor maduro, disminuye la visión idealizada del otro y también se va tomando conciencia de las diferencias y, en definitiva, de la individualidad. De forma más o menos intensa, surge el temor de la disolución de la pareja y la angustia de abandono. Este fue el sentimiento que Bowlby consideró el más básico y a partir del cual construyó la teoría del *attachment* (apego) a partir de la cual consideramos que la relación de pareja está fuertemente influenciada por estas angustias: por la forma en que han sido afrontadas por cada individuo (desde su infancia) y por cada pareja de forma específica.

La teoría del *attachment* coincide con el modelo narcisista de Freud (1914b) en que analiza las relaciones desde el punto de vista de la carga o significación emocional depositada en el otro. Sin embargo ambas teorías se diferencian en que mientras para Freud el psiquismo se inicia con un estado de repliegue emocional sobre sí mismo, para Bowlby el individuo busca la relación con el otro desde el inicio y deposita en él sus cargas emocionales. Íntimamente relacionada con esta diferencia, el modelo de Freud es fundamentalmente «intraprésico», ya que contempla un individuo que, primariamente, no se relaciona, sino que recibe cuidado sin conciencia de la existencia «real» e independiente del otro. No es sino más tarde cuando va tomando conciencia de la independencia del otro (la madre) y deposita en ella su afecto. Por el contrario, la idea de Bowlby de la búsqueda del otro desde el inicio es claramente un modelo «relacional». En términos de sistemas, mientras Freud concibe el psiquismo como un sistema cerrado, la noción de Bowlby es la de un sistema abierto.

La teoría del *attachment* y las formas que toma cada relación (patrones relacionales) se entienden muy bien explicando las experiencias biográficas y profesionales que condujeron a su formulación. John Bowlby (1907-1990) pertenecía a la clase acomodada británica, en la que era habitual que los niños, a partir de los siete años, ingresaran en internados a fin de obtener una buena formación. A pesar de las frecuentes visitas de su madre, esta separación fue muy traumática para él y le sensibilizó sobre el sufrimiento psicológico infantil, en particular sobre la importancia de los vínculos afectivos y los efectos de las separaciones y pérdidas.

Su trabajo posterior con jóvenes inadaptados, delincuentes y niños huérfanos a causa de la guerra, le permitió acumular observaciones sobre la importancia fundamental de los vínculos afectivos y las primeras atenciones (Bowlby, 1946). Así afianzó la hipótesis de que estos forman un núcleo interno de sentimiento de seguridad que es la base («base segura») de la capacidad para establecer relaciones satisfactorias y de confianza con los

demás (incluidas las de pareja) y, de forma más general, también es la base del desarrollo psíquico posterior.²⁸

Las sucesivas elaboraciones de esta hipótesis (Bowlby, 1951, 1956, 1969 y 1978) condujeron a diferenciar varios tipos de «patrones relacionales». Mary Ainsworth (1978), colaboradora de Bowlby, ideó una situación experimental para estudiar las reacciones a la angustia de separación e identificó tres tipos básicos. En la llamada «situación extraña», la madre y el niño están en una habitación con una experimentadora y, en un momento determinado, la madre se ausenta unos instantes para volver a entrar en la habitación después. Se observó que las reacciones de los niños y de la madre en el reencuentro respondían a tres patrones.

En el patrón de apego «seguro», el niño no se había inquietado excesivamente por la ausencia de la madre y el reencuentro era feliz. Los niños no recibían a la madre con quejas por su ausencia, sino con alegría. Las madres se mostraban receptivas y empáticas con el estado emocional del niño y solo los tranquilizaban si era necesario. Ainsworth destacó que los niños estaban seguros del retorno de la madre, certeza que los tranquilizaba durante la ausencia. Por su parte, las madres no se sentían culpables o ansiosas durante su ausencia y confiaban en la capacidad del niño, por lo que, en el reencuentro, no tenían la necesidad de excusarse y estaban receptivas. En este patrón, la comunicación es fluida. Los niños se atreven a expresar sus quejas y las madres dan sus explicaciones de forma empática.

En estudios posteriores, este núcleo de seguridad interna ha sido formulado como «núcleo de esperanza» (Fonagy y Target, 1997), «resiliencia» (Cyrulnik, 2001) u otros. De manera análoga, en las parejas en las que predomina este patrón, la seguridad interna en el vínculo permite afrontar las separaciones momentáneas y los conflictos que surgen sin excesiva angustia de abandono o ruptura. Como las madres y los niños del patrón «seguro», estas parejas osan expresar sus sentimientos y escuchar al otro.

En el patrón «evitativo», los niños se resienten de la ausencia de la madre y las reciben simulando ignorarlas. Ellas se sienten culpables, ofendidas o molestas por esta reacción y, en lugar de tranquilizar al niño, también desvían la atención. Ainsworth destacó que la causa es que se sienten impotentes para calmar al niño, sentimiento que le transmiten, creándose así una reacción circular.

Otras investigaciones más recientes Marrone (2001: 144)²⁹ han identificado este patrón en individuos que han sufrido pérdidas o importantes separaciones de sus cuidadores. Susan Johnson (2005)³⁰ ha aplicado este modelo a las parejas y remarca que este patrón produce una personalidad que evita mantener contacto emocional, ya que prevé el abandono. Así, las parejas en las que predomina este patrón sufren gran ambivalencia y ansiedad, ya que la misma gran necesidad de vinculación les causa temor a perderla. En el mismo sentido, Bartholomew y Horowitz (1991) observaron que los conflictos son afrontados negando la implicación emocional y atribuyendo el malestar a otras causas externas a la relación.

Esta es la reacción defensiva que observamos en algunos casos clínicos. Un ejemplo es el de «J», un joven de 28 años que consultó por ataques de pánico (Llovet, 2010a). Ya

que él mismo no conseguía explicarse la causa de los ataques, le habían practicado multitud de pruebas médicas y tratamientos farmacológicos sintomáticos, a pesar de los cuales, se continuaban repitiendo los ataques. Finalmente, habiendo descartado todas las posibles causas orgánicas, fue derivado a los servicios de Psicología.

Explorando más detalladamente los hechos de su vida cotidiana vi que, inmediatamente antes de los ataques de pánico, siempre había habido algún incidente en sus relaciones sentimentales. Sin embargo, él no les daba importancia y, en todo caso, a pesar de la proximidad en el tiempo, no los relacionaba con los ataques. A lo largo del tratamiento psicoterapéutico explicó que su madre había sufrido varios ingresos psiquiátricos y, en general, tenía una personalidad muy frágil. Describía una familia en la que, por miedo a desestabilizar a la madre, se evitaba todo conflicto y las relaciones eran extremadamente superficiales.

«J» había interiorizado este patrón relacional y lo aplicaba (inconscientemente) a sus relaciones sentimentales, de modo que expulsaba de su conciencia los conflictos y poco después se encontraba físicamente «mal» (de hecho se encontraba angustiado, aunque no podía pensar en términos psíquicos sino somáticos). Invariablemente, abandonaba las relaciones sentimentales que iniciaba y había llegado al convencimiento de que era mejor no implicarse demasiado, ya que tarde o temprano se producían conflictos y, finalmente, la ruptura.

El tercer patrón establecido por Ainsworth es el «preocupado». En este, el niño recibía a la madre con sentimientos contradictorios y con el temor de que volviera a marcharse. Así, el reencuentro era ambivalente y dominado por una intensa lucha interna. A diferencia del patrón evitativo, la interacción es intensa pero se neurotiza, con explicaciones mutuas pero poco contacto emocional. En este patrón no se evita la relación, pero está dominada por un intenso temor a perderla.

Las parejas que responden a este patrón manifiestan una intensa preocupación y dificultades para regular la distancia entre ellos. Así, se producen interminables conversaciones que tienen por objetivo inconsciente reasegurarse y combatir la angustia de abandono. Johnson (2005) señala que a menudo los patrones evitativos y los preocupados se alternan en un mismo individuo o en una pareja y se complementan. Así, mientras un miembro actúa «preocupadamente», dando mucha importancia a los incidentes, el otro actúa «evitativamente», negando toda trascendencia o implicación emocional. A diferencia del patrón evitativo, en el que se atribuyen los trastornos a otras causas (orgánicas, laborales, climatológicas, etc.) en el patrón «preocupado» los individuos reflexionan sobre la relación de pareja, si bien de forma intelectualizada y con poco contacto emocional.

Las parejas con patrones evitativos no suelen acudir a las consultas de pareja sino que consultan por varios síntomas que no relacionan con su mundo emocional (como el caso de «J»). Por el contrario, las parejas con un patrón relacional «preocupado», piden ayuda terapéutica más fácilmente y suelen resolver sus conflictos tomando conciencia de los componentes emocionales.

A estos patrones Main y otros (Main y Weston, 1981 y Main y Salomon, 1986) añadieron un cuarto patrón: el «desorganizado», correspondiente a niños temerosos de sus progenitores. Entre estos hay una gran variedad que incluye personalidades con grandes carencias, inestables, trastornos de personalidad, agresores y abusadores. El punto común es que estos niños han recibido atención de forma discontinua o negligente y las relaciones resultan conflictivas, incluso destructivas. Main explica que el hecho de que las figuras parentales sean en unos momentos protectoras y en otros momentos agresoras produce que las tendencias amorosas y las agresivas estén escasamente diferenciadas y el maltrato (o similares) sea interpretado como muestra de afecto.

Este patrón pone de relieve la tensión entre la necesidad de apego y el bienestar psíquico. Como he explicado antes, Freud observó que, en los casos de masoquismo y otros similares, los individuos mantenían las relaciones a pesar del sufrimiento que les producían estas, de donde dedujo la existencia del instinto de muerte. Por el contrario, la explicación de Bowlby es que el instinto de apego es superior a cualquier otro, razón por la que los individuos mantienen las relaciones a pesar de que conlleven sufrimiento. A menudo he tratado o supervisado casos de este tipo y esta es la hipótesis que creo más verosímil y que, por otra parte, abre vías terapéuticas más fructíferas.

Quisiera finalizar este apartado subrayando que estos patrones tienen una profunda influencia en los sentimientos y las nociones de sí mismo (*self*). Así, los patrones no se limitan a organizar una relación específica, sino que tienden a organizar todas las relaciones, y a crear sentimientos de sí mismo y convicciones sobre el mundo (como en el caso de «J»). Bowlby (1951) elaboró el concepto de *Internal Working Models* (IWM) (modelos de funcionamiento interno), que explicaré un poco más adelante, para referirse a esta amplia influencia.

4.1.1. Repetición y cambio de los patrones relacionales

Una de las cuestiones polémicas es hasta qué punto estos patrones formados en las primeras relaciones son modificables en edades más tardías. Es una cuestión especialmente relevante en las segundas parejas, donde se debate sobre la repetición de los conflictos de la primera pareja. Es un tema que a menudo he debatido en seminarios y conferencias y en el que se evidencian las diferencias entre los modelos «intraprésíquico» y «relacional».

En varios trabajos, Freud (1914, 1920 y 1925) expuso el concepto de «compulsión a la repetición», según el cual los elementos reprimidos vuelven a emerger. Freud remarcó siempre que la persona no siente la repetición como una fuerza que sale de dentro, sino que la cree justificada por las circunstancias que se dan en cada ocasión particular (racionalización). Este concepto tiene muchas ramificaciones pero me limitaré a las relacionadas con la pareja. Entre ellas, ya hemos hablado de la tendencia a escoger una pareja que evoque la *imago* del progenitor de sexo contrario. Efectivamente, si pensamos que el psiquismo se organiza predominantemente por fuerzas internas, estas tenderán a repetir los mismos tipos de relación. Si, por el contrario, concebimos que el psiquismo es

un mediador entre las condiciones internas y las externas (con fines adaptativos), las reacciones tendrán mayor variabilidad, según cada relación.

Entre las investigaciones que tratan este punto, Hazan y Shaver (1987), Bartholomew y Horowitz (1991) y Feeney (1999) opinan que los sentimientos profundos típicos de cada patrón subsisten en los niveles profundos, pero las nuevas relaciones iniciadas en la adolescencia o la primera adultez favorecen cambios de temperamento (extraversión, nivel de satisfacción y bienestar). Así, los sentimientos que podían haber predominado durante la infancia, pueden quedar en estado latente, y los nuevos predominan en el desarrollo adulto y a medio y largo término se imponen.³¹ Esta observación es importante porque indica que la nueva relación activa o amortigua los *selves*, o aspectos de la personalidad, lo que nos remite al debate sobre la identidad que hemos visto en el capítulo anterior.

Susan Johnson (2005) introduce la interesante observación de que la posibilidad de cambio no depende tanto de los patrones en sí mismos como de la continuidad de las relaciones con los progenitores. Así, los patrones primarios no siempre se transfieren a las relaciones posteriores, sino que depende de que se mantengan activos. Mi experiencia concuerda con esta observación. Efectivamente, tanto en servicios de Salud Mental como en las supervisiones de Servicios Sociales, he conocido casos de pacientes procedentes de familias desestructuradas o con graves carencias que han establecido relaciones de pareja satisfactorias y estables. La variable explicada por Johnson se cumple a menudo, de forma que estos casos tienen mejor pronóstico cuando las personas tienen poca o nula relación con sus núcleos familiares originarios. Por el contrario, la continuidad de estas relaciones, sobre todo si son conflictivas, desestabilizan enormemente a estos pacientes, e incluso ponen en riesgo su relación actual de pareja.

Lyons-Ruth (2003) ha incorporado estas observaciones en la explicación de los resultados de sus propias investigaciones sobre la continuidad de los patrones de apego e indica que, efectivamente, los patrones primarios pueden ser abandonados en beneficio de otros nuevos, más pertinentes a las relaciones o situaciones actuales. En el mismo sentido, Skinner (1976), señala la formación de la pareja como una «oportunidad para re-experimentar y tratar con más efectividad los retos insalvables de la infancia». Efectivamente, mientras la relación de la díada primaria es fuertemente asimétrica y la dependencia no da opciones de elección, la relación de pareja es sustancialmente simétrica y elegida. Finalmente, el grupo de estudio Psicoterapia psicoanalítica de pareja y apego de Zavattini, revisa varios autores significativos que consideran que las relaciones de pareja son una ocasión para reestructurar la identidad.³²

Podemos considerar la cuestión teniendo en cuenta los nuevos descubrimientos sobre plasticidad neuronal. Sin duda, la 1ª ley de Hebb («las neuronas que se activan juntas configuran una red») explica la «compulsión a la repetición», así como los efectos del trauma descubiertos por Freud. No obstante, la 2ª ley explica que las redes neuronales se remodelan bajo la influencia de las experiencias más recientes, siempre que estas tengan suficiente carga emocional y activen suficientemente los circuitos. Si bien esta 2ª ley no implica que siempre se produzcan modificaciones, indica que esta posibilidad existe.

4.2. Apego e intersubjetividad

Todo hombre necesita encontrar un sentido al mundo y a sí mismo.

Política, ARISTÓTELES

Los estudios longitudinales de Lyons Ruth (2003)³³ sobre la evolución de los niños con patrones relacionales del tipo «desorganizado» muestran que estos tienen una gran influencia (cuando no una total determinación) sobre lo que en conjunto denominamos «subjetividad»: los sentimientos de sí mismo y más en general sobre las opiniones y atribuciones en las relaciones con los demás y la existencia misma. Comprenderemos cómo se produce esta influencia retomando el concepto de *Internal Working Models* (IWM) de Bowlby.³⁴ Según este, los patrones relacionales forman modelos internos mediante los cuales organizamos la percepción y atribuimos significados a las señales comunicativas. Estos modelos no son pues exclusivamente emocionales, sino que incluyen aspectos cognitivos en un sentido amplio: lo que percibimos de nosotros mismos y de los demás y las concepciones implícitas que determinan la forma en que nos relacionamos.

Karen Lyons Ruth (2003) señala que Bowlby concibió el apego como un sistema que tiene la función de mantener al bebé cerca del cuidador, a fin de asegurar su supervivencia. Siguiendo la idea inicial de Darwin (1872) sobre la función de las emociones, para Bowlby, el sentimiento de seguridad tiene la función de incitar la proximidad con las figuras protectoras y evitar los peligros. Así, el bebé procura y aprende a anticiparse a los movimientos del cuidador e interpretar sus intenciones, lo que anteriormente he llamado «teoría de la mente» o lectura de la mente del otro. Los patrones relacionales resultan pues del aprendizaje en la interpretación de las señales de la madre. Así, el niño «seguro» cree que la madre tiene intención de volver, mientras que el niño «preocupado» sopesa que pueda no volver o incluso lo teme. Como señala Stern (1985), la interpretación de las intenciones es fundamental para el bebé, ya que lo hace sentirse seguro, pero también es fundamental para la madre, que tiene que «leer» la mente del bebé y saber su estado emocional, sus necesidades, etc. Se crea así un flujo de intercambios fundamentado en la teoría de la mente o interpretación de las intenciones del otro.

Por otra parte, Peter Fonagy y otros (2002)³⁵ explican que la relación con el protector (y por extensión, con la pareja) es un mecanismo de regulación de la tensión interna y ciertamente lo es en el nivel fisiológico, en el cual los estados de alerta o reposo activan ciertas estructuras cerebrales, lo que conlleva funcionamientos psicológicos distintos, como veremos más adelante con mayor detalle. De este modo el «sistema de apego» da lugar a varias reacciones en cadena entre las cuales destacaremos los sentimientos de confianza en sí mismo, el progresivo alejamiento respecto a la madre, la adquisición de autonomía, la reflexión, el pensamiento propio, etc.

Uno de los puntos clave mostrados por las investigaciones es que el niño se contagia de los estados emocionales de la madre (Meltzoff, 1977), lo que hace que se sienta a sí

mismo según la visión que le transmite la madre. La lectura de la mente del otro tiene pues efectos sobre la subjetividad. De este modo encontramos que el apego conduce a la intersubjetividad y esta a su vez determina la subjetividad. Dicho de otro modo, el apego conduce a la lectura de la mente del otro (con el fin de conocer sus intenciones) y esta conduce a su vez a la formación de una noción de sí mismo fuertemente influenciada por la visión que el otro tiene de nosotros (que representamos para el otro). Este efecto ya había sido formulado por Lacan como el «estadio del espejo» y ha sido validado empíricamente por el descubrimiento de las neuronas espejo (Gallese, 1998), lo que lleva a concluir que «el apego conduce a la intersubjetividad y de esta surge la subjetividad». De este modo, a través de la lectura de la mente y del contagio emocional, los otros emocionalmente significativos ejercen determinación sobre cómo nos sentimos y la significación que damos a las cosas, a nosotros mismos y a la existencia misma.

4.2.1. La necesidad de sentido

Retomando nuevamente la idea que Bowlby (1990) extrajo de Darwin (1872) de la función biológica del sistema de apego, podemos situar este también en el origen de la necesidad de dar sentido a las cosas (en el sentido amplio que he mencionado). Según Darwin esta es una necesidad básica, ya que la supervivencia en la naturaleza depende del sentido y la interpretación de los indicios que se observan. La atribución de significado a un ruido, un movimiento del otro (protector o depredador), los indicios que conducen al nutrientes, que anuncian la oscuridad de la noche o las estaciones del año, son vitales y uno de los ejes del desarrollo humano. Así podemos postular que las preguntas filosóficas sobre el sentido de la existencia y otras relacionadas o derivadas tienen su origen en esta necesidad biológica.

La necesidad de relación (apego) y protección se manifiesta en los sistemas de creencias religiosas. Como sabemos, la religión (del latín *religio*, «re-ligar» o «relacionar») es la más antigua expresión de esta necesidad de búsqueda de sentido, prácticamente la translación «cultural», de la ancestral preocupación por la supervivencia en la Naturaleza. Las preguntas sobre qué hacer para sentirse seguro y protegido frente a los elementos naturales y los depredadores, el origen de la vida, su fin (o, quizá su transformación en otra forma de existencia) y el sentido de la existencia misma, son todas ellas preguntas que cada individuo se hace de forma explícita o implícita. Lo relevante es que estas cuestiones tienen una gran influencia sobre la subjetividad de cada individuo y son elaboradas intersubjetivamente, en diálogo con los otros emocionalmente significativos de nuestro entorno. En particular, las parejas se hacen y se contestan de forma explícita o implícita estas preguntas durante su fase de formación y deben alcanzar cierto grado de consenso para continuar con la relación.

No podemos remitir o reducir pues los valores y normas de cada individuo a los que han sido interiorizados en la infancia (siguiendo el modelo intrapsíquico) ya que la pareja es (habitualmente) un vínculo dentro de la misma generación y, si bien es cierto que los valores se transmiten de una generación a la siguiente, también lo es que se

adaptan a las condiciones culturales de cada generación en particular. Lo que queremos puntualizar aquí es que la formación de la pareja no se limita a un simple sentimiento o *self* puntual («estar bien»), sino que se extiende a la elaboración de estas nociones, a la formación de un sistema de creencias compartidas y, en definitiva, a acordar el sentido que se otorga a los diversos aspectos de la vida. Solo quisiera subrayar una vez más que esta elaboración a menudo no se hace de forma explícita, mediante conversaciones y contraste de opiniones, sino mediante decisiones de carácter práctico, de forma natural y espontánea.

4.2.2. Mutualidad

Quisiera terminar este apartado con el concepto de «mutualidad psíquica», que refleja la gran influencia de las relaciones familiares en sus individuos. Fue elaborado por Lyman Wynne y otros (1956)³⁶ y lo conocí porque estaba incluido dentro del libro de Gregory Bateson y otros (1971), fundamental en la aplicación de la Teoría General de Sistemas a la comprensión de los trastornos mentales. Esta obra tuvo un gran impacto en los antiguos manicomios, entre ellos, el Instituto Mental de San Pablo, donde conocí las patologías mentales más graves.

La idea fundamental es que, a pesar de que se manifiesten en un individuo, estas patologías no son estrictamente individuales, sino que se generan en la interacción familiar y forman parte de su equilibrio. Así, el enfermo es de hecho un exponente, o «el paciente designado», de la patología del grupo familiar. Dentro de este contexto teórico, la «mutualidad» puede definirse como un área compartida por varios individuos que contiene estos conflictos. Esta visión tiene grandes implicaciones para los tratamientos, ya que incluye que la mejora del «paciente designado» altera el equilibrio del grupo familiar. Por esta razón, se deben afrontar no solo las dificultades de los cambios individuales, sino las resistencias de los otros familiares para reconocer, e incluso permitir, estos cambios que les afectan de una manera u otra.

Entre las muchas aplicaciones que se derivaron, Bertrand Cramer (1974) la utilizó en las patologías graves de la pequeña infancia atendidas en el *Service de Guidance Infantile* de Ginebra. Dentro del sistema que conectaba los diversos equipamientos de Salud Mental de Ginebra, Francisco Palacio Espada, miembro de la *Guidance*, supervisaba el equipo del centro pedagógico-terapéutico Horizon, donde yo estaba trabajando. Así, reencontré el concepto sistémico de «mutualidad psíquica» en un contexto teórico y práctico psicoanalítico.³⁷ Palacio-Espada (1984) desarrolló esta aplicación interpretando determinados síntomas infantiles como un reflejo de conflictos intrapsíquicos de los progenitores. Con mayor detalle, uno de los padres proyecta inconscientemente su conflicto interno sobre algunos fenómenos típicos del desarrollo infantil con el resultado de que las conductas de oposición, «rabieta», pesadillas, u otros que son normales en el desarrollo, adquieren una significación patológica a los ojos de los padres. La consecuencia es que estos fenómenos, que debían ser pasajeros, quedan «fijados» o cronificados. Uno de los casos más típicos es que alguno de los padres tenga

un conflicto con uno de sus propios padres y reconozca alguno de los rasgos de carácter indeseado en la conducta evolutivamente pasajera del hijo. Por efecto de la proyección parental, la conducta infantil adquiere una significación patológica que inicialmente no tiene.

En estos casos, el simple hecho de aconsejar a los padres, explicándoles que la conducta del niño es normal para su edad y pasajera, no tiene ningún efecto, ya que no modifica la proyección y la significación emocional que el progenitor deposita en la conducta del niño. Lo que es trascendente es que la comprensión de la mutualidad no conduce a un tratamiento individual infantil (como sucedería siguiendo un modelo intrapsíquico estricto), sino a poner de manifiesto y tratar la proyección en su origen.³⁸

Esta transferencia de conflictos con los progenitores se da también en la pareja, tanto para lo positivo como para lo negativo. Esta área de mutualidad, formada por proyecciones de experiencias anteriores, forma parte de la base inconsciente de la pareja y sus miembros atribuyen significados «familiares» a las expresiones del otro.

El trabajo terapéutico con las parejas comporta pues investigar las proyecciones que llevan a falsas comprensiones del otro y a menudo revelan conflictos con los propios progenitores (véase el caso relatado en Llovet, 2010b). En otros casos, las proyecciones no son tan patológicas y son aceptadas, aun con conciencia de su origen. Este es el sentido de llamar «padre» o «madre» al suegro o la suegra, una transferencia aceptada conscientemente. Así, la mutualidad, o «psiquismo compartido», se convierte en un área en la que se cumple el principio de que «la intersubjetividad determina la subjetividad».

Finalmente, a modo de epílogo, años más tarde, Bertrand Cramer (1989) publicó *De profesión bebé*, un libro de carácter divulgativo que he recomendado a menudo en charlas preventivas a padres de bebés. La idea central es que la principal ocupación (profesión) de estos es conseguir la mejor adaptación posible a sus progenitores. Creo que Darwin y Bowlby estarían muy de acuerdo.

4.3. Conocimiento relacional implícito y los conceptos asociados

Me he referido anteriormente al «conocimiento relacional implícito» (CRI) del que veremos ahora otros aspectos. Este concepto del Grupo de Boston se refiere a la interpretación inconsciente de la relación misma que, a diferencia del conocimiento mutuo consciente, se forma intuitivamente a partir de pequeñas señales que emergen en la relación (BCPSG, 2007). Aunque estas intuiciones pueden ser verbalizadas, es muy difícil que la verbalización refleje la riqueza y complejidad de lo intuido. Una manera de reflejar qué es el CRI es el pasaje del escritor japonés Haruki Murakami (2009: 551): «Si te lo tengo que explicar para que lo entiendas, esto quiere decir que, por mucho que te lo explique, no lo entenderás». Estas señales comunicativas no son conscientes o intencionadas por parte de los individuos que intervienen en la relación sino que son consecuencias espontáneas de las formas de ser y del significado que tiene la relación para ellos. El Grupo de Boston especifica que no se refiere a la comunicación no verbal, sino a significados contenidos en el mensaje mismo.

Es fácil advertir la relación entre este tipo de conocimiento y lo que hemos visto sobre la díada primaria, en la que la madre entiende al bebé de forma espontánea, es decir, inconsciente, en base a su manera de ser y la experiencia acumulada. Por su parte, el bebé también hace su interpretación, igualmente intuitiva, de pequeñas señales que van desde la entonación verbal hasta gestos, y adapta su respuesta, creándose así los patrones relacionales que hemos visto anteriormente. El sentimiento básico que determina estos patrones es el de «seguridad emocional», en el sentido de entender y sentirse entendido (insistimos: siempre de forma intuitiva, no consciente o reflexiva). De hecho, el CRI se forma de la misma forma que la «teoría de la mente» del otro y la comprensión de sus intenciones.

Al igual que en la díada primaria, en la pareja adolescente o adulta, el hecho de entender y sentirse entendidos crea el sentimiento de conexión emocional y de seguridad estando con el otro. La sensación producida es que la «teoría de la mente» es acertada, que son capaces de comprender los estados emocionales y predecir las intenciones del otro. De lo contrario, tal como hacen los niños, los enamorados organizan su relación según los tres patrones básicos (siempre contando que quieren preservar la relación). Una de las reacciones es «evitar» tener en cuenta las fallas en el entendimiento. La conciencia tiende entonces a disociar estas sensaciones atribuyéndolas a otras causas externas a la relación. Otra de las reacciones es «preocuparse» por aclarar las intenciones, reparando la comunicación mediante explicaciones verbales. Finalmente, el tercer patrón típico es relacionarse de forma «desorganizada» y encomendarse al azar, ya que no se acaba de comprender al otro ni se tiene la sensación de ser comprendido y la correspondencia emocional se produce de forma aleatoria o incluso mágica. En caso de que se produzca entendimiento, los enamorados tienen una sensación interna de plenitud estando con el otro, de lo contrario, la sensación interna es de abandono, vacío y aniquilación.

Veamos algunas observaciones de miembros del Grupo de Boston que destacan algunos aspectos de las sutiles interacciones que forman el CRI. La consideración básica es siempre que el apego es una necesidad vital y por tanto el psiquismo se adapta para preservar la relación.

En un trabajo anterior sobre la díada primaria, Stern (1985) había adelantado que la gran sensibilidad humana a las expresiones emocionales lleva a la formación de una teoría de la mente del otro. De forma natural, el apego del enamoramiento llevará a la adaptación mutua mediante cambios sobre sí mismo (acomodación) o cambios sobre el otro (asimilación). El ámbito y la magnitud de estas adaptaciones será lo que determinará la forma que tomará la pareja en construcción o bien su ruptura. A su vez, estas adaptaciones pueden tener un carácter expansivo o restrictivo, facilitar la emergencia de nuevas expresiones de los individuos o impedir las, ser sanas o patológicas.

Lyons Ruth señala que, en la infancia, la formación del CRI y de la teoría de la mente no son funciones que se activen o se desactiven en ciertas circunstancias, como sucede con otras como la capacidad de abstracción u otras. Dado que son funciones vitales, son continuas y están siempre activas de forma involuntaria e inconsciente. Obviamente, por

el menor grado de dependencia de los adultos, en estos la activación de la teoría de la mente del otro es discontinua. Esta diferencia también es resultado del hecho de que las representaciones mentales de los adultos son más estables y elaboradas y por tanto se mantienen aunque el sujeto no las esté alimentando activamente. Por el contrario, en el bebé son primitivas e inestables, razón por la cual, en las interacciones, deben ser alimentadas de forma continua.

Susan Johnson (Greenberg y Johnson, 1988; Johnson, 2005) considera que la necesidad de apego en la pareja es vital y el miedo a perder el vínculo provoca el «dolor de la soledad» y el «aullido por la conexión»³⁹ que, en el proceso de formación, fuerzan falsas adaptaciones que posteriormente pueden requerir una «de-construcción». A tal fin ha ideado un método terapéutico mediante el cual los miembros de la pareja interpretan sus patrones relacionales y restituyen los significados originales, que remiten a la necesidad de apego. La idea de la «de-construcción» recuerda el concepto de Ferenczi de «experiencia emocional correctora» y conduce a la formación de una nueva subjetivación.

4.3.1. Reconocimiento, validación y autenticidad

Aunque dedico un capítulo específico a la psicoterapia, avanzaré algunos fenómenos de la formación de la pareja vinculados al conocimiento relacional implícito que han sido conocidos en este ámbito. Unos de ellos son los del «reconocimiento» y la «validación», que en mi entorno ha investigado Rosa Velasco (2008 y 2011).

El «reconocimiento»⁴⁰ se produce cuando un miembro de la díada o pareja percibe y comprende un determinado estado emocional del otro y se lo hace saber. Su efecto es la integración de este estado emocional y un sentimiento de plenitud en la relación. Por el contrario, el «no reconocimiento» produce una sensación de extrañeza de sí mismo (despersonalización, disociación) y el distanciamiento respecto al otro.

Es relevante señalar que la falta de reconocimiento es característica entre los padres y los adolescentes e impulsa a la búsqueda de pareja. El reconocimiento es, pues, uno de los mecanismos básicos del enamoramiento ya que restituye el sentimiento de unidad interna que ha sido lesionado en la relación familiar. Sin embargo, mientras en el enamoramiento el reconocimiento se limita a aspectos muy parciales de la personalidad, en la fase de formación de pareja, debe reintegrar aspectos de la personalidad que se habían mantenido disociados, pero son esenciales para cada individuo. Así, el reconocimiento forma una pareja en la que sus miembros se sienten de una manera más plena. No obstante, el reconocimiento es, hasta cierto punto, «externo», como un espejo que refleja una imagen, pero no su interior. Si bien el otro reconoce el estado emocional, esto no implica que comprenda sus causas o que lo considere justificado, lo que nos lleva al siguiente concepto.

La «validación» es la comprensión de las causas del estado emocional, comprensión que implica considerarlo «justificado» o «normal». En la pareja, la validación indica cierta coincidencia entre los mundos internos de los individuos y produce el sentimiento

de seguridad emocional. El otro se convierte así en alguien que no solo percibe el estado emocional actual, sino que entiende sus razones y, por lo tanto, comparte la sensibilidad. Esta experiencia de haber sido entendido es fundamental, ya que invita a nuevas expresiones o la expansión de sí mismo.

La validación complementa pues el reconocimiento e incrementa sus efectos integrativos en el individuo (sentimientos de plenitud) y en la pareja (sentimientos de entendimiento). Por el contrario, cuando el otro no entiende las causas de los estados emocionales o no los considera justificados, se produce una «invalidación» que crea distanciamiento. No obstante, siempre que no sea descalificadora, la invalidación puede tener una vertiente positiva, ya que proviene de las diferencias individuales y representa la posibilidad de un mayor conocimiento y enriquecimiento mutuo. Lo veremos con mayor detalle al hablar de la autenticidad.

Los dos fenómenos del reconocimiento y la validación se complementan con la «autenticidad», que Stolorow y Atwood (1992) definen como la correspondencia entre una manifestación y los sentimientos profundos. Estos autores muestran extensamente su importancia en los procesos terapéuticos, pero enseguida reconocí su importancia para todas las fases de la pareja.

Stolorow y Atwood (1992: 171-198) muestran varios ejemplos en los procesos terapéuticos, cuya solución radica en la capacidad (del terapeuta) para enraizarse en su propio mundo interno, sin que sea distorsionado por la influencia del otro. Igualmente, Kohut (1979: 17-90) explica el mismo fenómeno desde la otra posición, la del paciente que se acomoda a lo que cree que placera al terapeuta.⁴¹

Aunque ambas observaciones se refieren a relaciones terapéuticas (caracterizadas por la asimetría), tienen el valor de señalar la importancia de la autenticidad en la construcción de las relaciones. La clave de la autenticidad radica en la conciencia de sí mismo y la conexión interna individual. Parafraseando a Freud, el «sentimiento oceánico» o de fusión no puede ni debe ser sino pasajero, a riesgo de crear una relación inauténtica o de fusión continuada, sin diferenciación ni enriquecimiento mutuo entre sus miembros. La intensidad emocional del enamoramiento facilita que se produzcan «inautenticidades» que no podrán ser sostenidas más adelante. Así, el sentimiento de que una determinada manifestación está profundamente arraigada (en la propia personalidad o en la del otro) a menudo no tiene otra causa que la propia intensidad emocional del enamoramiento, sin corresponderse con la realidad. La seducción, el deseo de agradar al otro, el deseo de que el otro se sienta bien, hacen que las validaciones puedan ser superficiales, inauténticas. Los relatos de las parejas muestran que, en la fase de consolidación, emergen partes de cada uno que no habían quedado incluidas porque no tenían correspondencia profunda en el otro y, por lo tanto, ahora no pueden ser integradas con plenitud o autenticidad.

Brevemente, el concepto de «autenticidad» hace recordar que el amor al otro no debe significar la acomodación o la anulación de sí mismo. Kohut y Stolorow y Atwood han mostrado la importancia del conocimiento de sí mismo en los procesos en los que dos individuos mantienen una relación de gran implicación emocional. Así, el proceso de

formación de la pareja debe ser, al mismo tiempo, el de la recuperación y desarrollo de los individuos.

4.3.2. Los conceptos de inconsciente

A pesar de que los fenómenos del conocimiento relacional implícito (CRI) y otros asociados son tenidos en cuenta en la práctica, hasta las aportaciones del Grupo de Boston no habían sido elaborados teóricamente de forma sistemática. Este grupo los ha situado en el inconsciente, lo que ha implicado reconsiderar a su vez este concepto central del psicoanálisis. Repasemos brevemente algunas de las polémicas sobre el concepto de inconsciente.

Uno de los más célebres debates fue el que mantuvieron Freud y Jung (1875-1961) en los inicios del psicoanálisis y dio lugar a la primera escisión del movimiento psicoanalítico. Freud descubrió el inconsciente a partir del análisis de casos, pero lo relacionó con mitos culturales, algo que estaba muy presente en la filosofía preexistencialista y el pensamiento romántico de finales del siglo XIX y principios del XX, como veremos más extensamente en el capítulo dedicado a la cultura. Por su amplia formación humanista además de psiquiátrica, Jung (1912) amplió este concepto mucho más allá del campo clínico, incluyendo lo que llamó «inconsciente colectivo» que contenía los «arquetipos» o representaciones inconscientes de las experiencias de los ancestros. A pesar de algunas diferencias importantes, esta concepción del inconsciente tiene un rasgo común con los descubrimientos de Kandel (2007), ya que este ha señalado que la memoria se transmite entre generaciones. Sin embargo, mientras Kandel se mantiene en el terreno de la biología, considerando que esta transmisión tiene funciones adaptativas, Jung la llevó al terreno de la mitología, la parapsicología y los fenómenos paranormales. Por el estricto científicismo y los objetivos terapéuticos dentro de los cuales quería mantener el psicoanálisis, Freud rechazó completamente esta noción de inconsciente, que, además, venía a dar la razón a las críticas que ya recibía de ser más una disciplina literaria y filosófica que médica. Sin duda, la noción de inconsciente es muy sugerente y difícil de contrastar con evidencias, por lo que fue objeto de las más diversas teorizaciones y Freud, y más radicalmente Klein, la limitaron a «solo lo que ha sido reprimido de la conciencia» por el intenso dolor psíquico que conlleva.

Un fenómeno que conduce a la ampliación de este concepto de inconsciente es el de los «microtraumatismos» señalados por Michael Balint (1968), fundamental en el pensamiento relacional actual. Según este, el inconsciente no se forma solo por la represión de experiencias fuertemente traumáticas, sino también por pequeños sucesos que se repiten. Las decepciones, las faltas de correspondencia afectiva y otros similares orientan el psiquismo en determinadas direcciones, al modo de un aprendizaje condicionado, inhibiendo o expandiendo determinados aspectos de la personalidad. Aunque no comporten un gran dolor psíquico, estas experiencias también devienen inconscientes y originan reacciones defensivas que se incorporan en el modo de ser y de relacionarse. Los microtraumatismos inconscientes se sitúan a medio camino entre el

inconsciente reprimido de Freud y el inconsciente implícito del Grupo de Boston, ya que los patrones relacionales patológicos (evitativos, preocupados y desorganizados) se forman por carencias de reconocimiento, validación y autenticidad dolorosas, que en definitiva son microtraumatismos.

Hay que reconocer, pues, tres niveles de inconsciente, que situaremos mejor recordando los descubrimientos sobre las redes neuronales y los tipos de memoria. Como hemos visto, la 1ª ley de Hebb enuncia que las neuronas que se activan juntas configuran una red, lo que explica las formaciones inconscientes descubiertas por Freud, formadas por representaciones mentales fuertemente traumáticas y reprimidas, difícilmente accesibles a la conciencia.

Esta ley también explica el segundo tipo de inconsciente, puesto de relieve por Balint, formado por experiencias microtraumáticas. Aunque también son inconscientes, son más fácilmente accesibles a la conciencia y modificables, lo que se explica por la segunda ley de Hebb, según la cual las redes neuronales pueden ser transformadas por experiencias posteriores.

Finalmente, el inconsciente implícito formulado por el Grupo de Boston no está formado por contenidos concretos, sino por procedimientos relacionales. Los descubrimientos de Kandel sobre la memoria, que veremos con detalle en el capítulo dedicado a la biología, han aportado evidencias empíricas sobre este tipo.⁴²

Los tres niveles son relevantes para la formación de la pareja, pero hay que hacer algunas precisiones sobre su alcance en esta. El primer tipo de inconsciente (el de los recuerdos traumáticos fuertemente reprimidos) afecta los sentimientos relacionados con la familia (en casos de tratos despóticos o negligentes) y con la sexualidad, áreas que son fundamentales en la pareja.

El segundo tipo (el de los contenidos inconscientes derivados de microtraumatismos casi inevitables en el desarrollo infantil y adolescente) afecta los sentimientos íntimos de seguridad interna y confianza en el otro, formando patrones relacionales que influyen sobre la vergüenza y sentimientos similares, por lo que ejercen una gran influencia sobre el enamoramiento y la formación de pareja. En particular, determinan la capacidad para experimentar intimidad, regresión y emociones profundas con el otro. A pesar de esta influencia, el reconocimiento, la validación y la autenticidad en la relación de pareja pueden modificar sustancialmente esta capacidad de ser una «experiencia correctora» o una «segunda individuación».

Finalmente, el inconsciente implícito (que contiene elementos no reprimidos y procedimientos relacionales) determina la familiaridad con las maneras de hacer, preferencias y demás. Coexisten en él elementos fácilmente accesibles a la conciencia y remodelables junto con otros muy difíciles de hacer explícitos o conscientes, no tanto por causa de la represión, sino porque forman parte de la trayectoria vital y de lo que es tenido como «normal». A veces, lo que encontramos más evidente, familiar y normal es lo más difícil de explicar. La dificultad de transformarlos deriva de que son elementos adquiridos en la interacción cotidiana con los progenitores y su continuidad puede ser sentida como un acto de fidelidad hacia ellos y hacia sí mismo. Esto es especialmente

relevante en la parentalidad de la pareja, ya que hay un sentimiento de necesidad de transmitir estos elementos familiares a lo largo de las generaciones.

4.4. Las membranas

Uno de los fenómenos esenciales en la formación de la pareja es la delimitación de su espacio respecto al entorno y los espacios privados entre sus miembros. Este fenómeno es el que Henry Dicks (1967) llamó «membranas» en su estudio pionero sobre la pareja. Dicks distinguió la membrana extradiádica, que delimita la pareja respecto del exterior, y la membrana intradiádica, que delimita sus miembros entre sí.

Es interesante que el término membranas provenga de la Biología (las membranas celulares) ya que invita definir sus propiedades mediante analogías: permeabilidad, flexibilidad, fortaleza y selectividad. En cada pareja y en cada momento de la misma, estas características de las membranas varían en una combinatoria que no podemos reflejar aquí sistemáticamente pero es fácil de deducir.

La membrana «intradiádica» resulta del encaje (*fit*) particular entre los dos miembros de la pareja y se forma a partir de los patrones de apego, el conocimiento relacional implícito y fenómenos asociados, y también de reglas explícitamente acordadas. Así, establece el grado y el ámbito de la confianza mutua, define los espacios privados y, en conjunto, preserva las individualidades evitando su invasión o anulación.

Esta membrana se va modificando tanto a lo largo de la evolución de la pareja como en determinados momentos puntuales. Las propiedades biológicas de las membranas facilitan el análisis de esta evolución. Así, en el enamoramiento, esta membrana es muy permeable (ya que hay una importante fusión emocional) pero es a la vez muy selectiva (ya que las disociaciones dejan fuera de la relación grandes partes de ambas personalidades). A medida que se forma la pareja, esta membrana deviene menos selectiva, pero también se convierte en menos permeable, con menor fusión y mayor afirmación de las respectivas individualidades. A lo largo del desarrollo se irán produciendo nuevas modificaciones en estos sentidos pero, como señalan los autores que utilizan estos conceptos (Perez Testor, Nicolás, Herrero),⁴³ la flexibilidad adquiere una gran importancia, ya que permitirá las sucesivas adaptaciones a las necesidades de cada momento.

La membrana extradiádica delimita la pareja respecto de su entorno. Delimita, pues, el espacio de seguridad emocional y todos los fenómenos asociados que hemos visto. Esta membrana es particularmente perceptible en el enamoramiento, en el que la incipiente pareja tiende a aislarse del entorno. En el paso del enamoramiento a la formación de pareja, esta membrana afronta el reto de hacerse más permeable y adquirir una selectividad particular. Efectivamente, es sorprendente la variedad selectiva de las parejas: unas comparten todas las redes sociales, otras casi ninguna. Es especialmente variable la relación de pareja con las familias de origen: unas adoptan a los suegros casi como padres, mientras otras limitan la relación a los requerimientos sociales. También es remarcable que a menudo las relaciones con la familia política sean determinadas

inconscientemente por el propio miembro de la pareja que es originario. La causa es que las opiniones favorables o desfavorables que cada miembro de la pareja expresa sobre sus propios familiares dejan un rastro emocional en el otro, condicionando su relación con ellos.

A lo largo de la evolución de la pareja, la membrana extradiádica cumple la función de proporcionar los diferentes grados de intimidad, protección y diferenciación necesarios respecto al exterior: las familias de origen, los círculos sociales y también los otros condicionantes sociales (laborales, estilos de vida y preferencias, creencias y valores, etc.).

Esta membrana determina la identidad social de la pareja y la define como un ámbito «privado», en el que rigen las normas propias. Este espacio suele ser socialmente respetado, aunque con grandes variaciones que dependen de los valores culturales. Como veremos con mayor detalle al tratar los aspectos culturales de la pareja, en determinadas culturas, esta membrana no es plenamente respetada hasta que no es reconocida institucionalmente (mediante el matrimonio formal) mientras en otras culturas (o determinados grupos dentro de la misma cultura), la cohabitación tiene la misma consideración que el matrimonio.

Por otra parte, la membrana extradiádica define la articulación social de la pareja. Así, observamos parejas que adoptan normas muy diferenciadas de las que predominan en sus entornos, mientras otros asumen en su interior los valores culturales predominantes en el entorno sin ninguna modificación.

Como las propiedades de la membrana intradiádica, las de la extradiádica se adaptan a las necesidades de cada fase y momento. Un ejemplo es el enamoramiento, en el que la pareja selecciona mucho los amigos anteriores con los que se sigue relacionando, mientras en la formación de la pareja se retoman algunas de estas relaciones.

Más adelante sucederán hechos que incidirán sobre ambas membranas. Uno es el inicio de la convivencia. Varios hechos asociados a esta comportan remodelaciones tanto de la delimitación entre los individuos (la atención al bienestar personal cotidiano y continuado, el cuidado del hogar, etc.), como de las relaciones con familiares y amigos. La procreación es otro momento de importantes modificaciones en ambas membranas.

4.4.1. La pareja como *self object*

La formación de las membranas hace que la pareja se constituya en un objeto en sí mismo, adquiriendo cierta independencia respecto a los individuos. Más allá de la relación con el otro individuo, la pareja se convierte en una entidad con la que cada uno tiene una relación específica, como si fuera un «tercero». Como hemos visto, las membranas tienen un papel fundamental en la delimitación de los espacios individuales y en la identidad social y lleva asociados determinados sentimientos de sí mismo, por lo que se ha elaborado el concepto de la pareja como *self object*, u objeto del *self*, que es característico de la perspectiva relacional.

Podemos asociar el concepto de *self object* a otros que ya he explicado. Uno de ellos es el objeto anaclítico del modelo narcisista de Freud. Como recordaremos, este es el tipo de objeto de la fase intermedia, en la que tiene una función de apoyo del funcionamiento aún inmaduro del psiquismo del bebé. Como Freud ya señaló, el bebé se apoya en este tipo de objeto para alcanzar determinadas metas antes de acceder a una mayor autonomía. De manera análoga, el apoyo en la pareja permite alcanzar metas tanto individuales (aun en la esfera íntima) como sociales. Puede parecer una contradicción que a una entidad formada por adultos (que, obviamente, ya han alcanzado la autonomía), les comporte una regresión a un estado anterior, pero es un hecho que la relación de pareja conlleva un grado de dependencia emocional. Freud ya señaló que, en momentos de dificultades o de retos, los individuos regresan a funcionamientos anteriores. Desde este punto de vista, el desarrollo de la pareja a lo largo de la vida conlleva retos y proyectos que los individuos afrontan impulsados y apoyándose en la noción de pareja (en sí misma, más allá de la persona del compañero). Esta función de apoyo adquiere una gran relevancia en momentos de cambio (como es el inicio de la convivencia, la parentalidad, etc.) o de dificultades individuales, incluso si son ambos individuos quienes las sufren. Efectivamente, no es raro que en estas situaciones los miembros se refieran a «la pareja» como un objeto que estimula, que protege, que hay que cuidar u otra consideración que, en todo caso, indica su entidad independiente y esta función de apoyo.

Otro concepto relacionado es el célebre de «objeto transicional» elaborado por Winnicott (1971). A pesar de algunas diferencias, es un desarrollo del concepto de objeto anaclítico de Freud. Winnicott facilita su comprensión mencionando uno de los objetos transicionales más habituales: los ositos u otros muñecos de peluche. Para Winnicott, estos objetos representan para el niño una transición entre él mismo y la madre, de forma que teniéndolos con él, se siente protegido como si estuviera con ella y, al mismo tiempo, se siente autónomo. Estos objetos le permiten alcanzar metas como el dormir solo o tomar iniciativas alejándose físicamente de la madre. De manera similar, la representación mental de la pareja proporciona sentimientos de seguridad interna y, a la vez, de compañía.

Otro aspecto del objeto transicional que se aplica a la pareja es que la mirada de la madre es un estímulo para que el niño persiga nuevas metas y también sea una gratificación cuando las consigue. Es fácil advertir el efecto superyóico de esta mirada, ya que estimula la autoestima y el orgullo de sí mismo, lo que también se reproduce en los hitos que consigue la pareja. Remarquaría que este efecto no proviene solo de la mirada del otro, sino también la de la pareja como entidad en sí misma, ya que su formación lleva asociados ciertos ideales y metas.

Este es un fenómeno particularmente importante en los tiempos actuales de fuerte evolución cultural. Como señala la recopilación de investigaciones de Perez Testor (2006), en la atención clínica, encontramos parejas que difieren sustancialmente en sus ideales de pareja, lo que crea conflictos de autoestima. Por el contrario, la coincidencia en los ideales culturales facilita la satisfacción con el funcionamiento de la pareja. En

este sentido, Peter Fonagy (2002) señala que las relaciones íntimas tienen una función de regulación emocional, lo que explica que estos conflictos produzcan trastornos de todo tipo y, por el contrario, el entendimiento contribuya al equilibrio interno.

4.5. El pacto narcisista

De todos los fenómenos que se producen en la formación de la pareja, he mencionado el pacto narcisista, que es quizá el que tiene un lugar más central, por lo que acabaremos este capítulo recopilando a su alrededor lo que hemos ido viendo.⁴⁴

El enamoramiento se inicia con la complicidad, consistente en acuerdos sobre cuestiones variadas, pero los más importantes son los acuerdos de carácter implícito sobre las reglas de la propia relación. La regla fundamental (o regla de reglas) es la exclusividad del tipo de relación, por el que el otro tiene un significado que no tiene ninguna otra persona y este es un acuerdo mutuo.

Los otros dos fenómenos característicos de la complicidad son la intimidad y la regresión, que son permitidas como no lo son en otras relaciones, ya que implican vulnerabilidad y exposición a la crítica. Como remarcan los autores del *attachment*, la pareja se convierte así en un espacio emocionalmente seguro. Para que tenga este carácter de seguridad, el pacto narcisista incorpora, además de la complicidad, parte de la idealización mutua que se da durante el enamoramiento.

Como hemos visto, la idealización es consecuencia de las disociaciones y va disminuyendo a medida que los individuos se conocen mejor y el enamoramiento evoluciona hacia el amor maduro. «El amor se encuentra donde el deseo y la realidad se cruzan», escribe Octavio Paz. No obstante, es necesario que los aspectos esenciales de las personalidades de los individuos mantengan cierta idealización y sean admirados por el otro (Perez Testor, 2006). Así, si bien la merma de la idealización conlleva la aparición de la crítica, esta debe tener un carácter benevolente. Para mantener la relación, el pacto debe tener las propiedades de los vínculos narcisistas explicados por Freud: el otro representa lo que se fue o lo que se quisiera ser. Por el contrario, hay identificaciones patológicas, en las que el otro se convierte en lo que uno no quiere ser, un objeto de una proyección negativa. Palacio Espasa (1992) muestra que estas proyecciones en la relación parental-filial producen síntomas, algo que también se observa en las parejas. Uno de los casos típicos son las que tienen un miembro adicto u otro tipo de patología de la dependencia.

El pacto narcisista tiene, pues, una doble base: la estima hacia el otro por su propia forma de ser, diferente a uno mismo, y también como un reflejo de sí mismo.

El pacto narcisista tiene también el efecto de mantener las membranas que delimitan la pareja. Como hemos visto, la membrana extradiádica delimita este espacio emocionalmente seguro, dentro del cual la crítica es benevolente, mientras que la crítica censuradora dirige hacia el exterior de la pareja. Este es un efecto que observamos claramente en el análisis de la escena del film *Un dios salvaje* (Llovet, 2012b), en la que una pareja de progenitores critica el estilo educativo de la otra pareja. Esta crítica tiene

eco en la mujer, pero, dado que implica también su estima hacia el marido, le provoca un gran malestar que expulsa de su conciencia, fenómeno que se expresa psicósomáticamente mediante un vómito violento. En términos de membranas, diríamos que la crítica ha debilitado la exterior (extradiádica), haciendo la pareja vulnerable, mientras ha reforzado la intradiádica, creando desconexión emocional y distancia reflexiva dentro de la pareja. En un breve aparte que hace la pareja a solas (para reparar los estragos del vómito en la ropa), el marido «clausura» la herida abierta en la pareja y atribuye el vómito a la mala calidad del pastel que les había ofrecido la otra pareja. Reparando su ropa, reparan también su pacto narcisista y las membranas. Presionada internamente por el pacto, la mujer acepta la interpretación del hombre y ambos se reafirman en sus principios educativos, al tiempo que critican a la otra pareja, de forma que ambas membranas han quedado restablecidas.

En la evolución posterior de la pareja, la idealización disminuye, pero los núcleos básicos de la personalidad de los individuos deben continuar preservados de la crítica. Esta es la condición para que se sientan emocionalmente seguros dentro de la pareja. El término de zócalo de Berenstein y Puget (1990), muy gráfico y arquitectónico, sugiere la idea de una plataforma que sustenta y «eleva» la pareja. Este es el aspecto «superyoico» que actúa como un polo de atracción para sus miembros, tanto en sentido positivo como negativo, ya que la representación mental de la pareja contiene tanto lo que es deseable como lo que no lo es y se debe evitar. Esta polarización es sustancial a toda formación de identidad (contenida en la noción aristotélica según la cual $A=A$, que implica que A no es B).

Obviamente, esta identidad de pareja ha sido formada por sus miembros y contiene por tanto elementos de las identidades individuales. No obstante, en la medida en que adquiere entidad propia, ejerce una gran influencia sobre sus evoluciones. Como señala Kães (1989), el pacto se caracteriza por ser moralmente imperativo, a la vez que está sellado por el apego. Así, hemos visto que la mujer del film *Un dios salvaje* se siente obligada a mantener el estilo educativo de la pareja a fin de no alterar el pacto, que incluye estilo de vida, valores morales y preferencias.⁴⁵

Otro aspecto sustancial del narcisismo es la destructividad hacia lo que es diferente o amenaza la autoestima. La razón es que el narcisismo es el núcleo de la identidad ($A=A$) y establece lo que es deseable y se reconoce como propio y lo que es indeseable y es proyectado fuera. Es habitual observar que las parejas critican aspectos de otras parejas sustancialmente diferentes de los suyos. Sin embargo, esta crítica no se limita al exterior sino que también puede dirigirse al interior, hacia aspectos de sus propios miembros. Inevitablemente, algunos aspectos individuales no solo no son compartidos, sino que entran en conflicto con los del otro.

La formación del pacto narcisista es, pues, compleja y fuente de tensiones, pero también lo es su evolución dinámica a través de los ciclos vitales. A lo largo de la vida, la pareja debe asumir diversas funciones (el cuidado y bienestar de sus miembros en la convivencia, los roles parentales, etc.), que activan modelos internos adquiridos en la infancia y han permanecido latentes hasta ahora. Estas funciones han formado los

narcisismos individuales e implican sentimientos de autoestima (ser una «buena» esposa o madre, ser un «buen» esposo y padre). El ajuste de estos modelos internos individuales que emergen en las distintas fases vitales implica una remodelación del pacto narcisista en la que los ideales individuales pueden entrar en conflicto.

En ocasiones se utiliza el concepto del «narcisismo de las pequeñas diferencias» para expresar la gran sensibilidad a estos conflictos, pero también su relativa irrelevancia, ya que finalmente se trata de que, siguiendo un modelo u otro, la pareja cumpla sus funciones y pueda sentirse satisfecha de sí misma. Las renunciaciones individuales son, pues, sustanciales al ajuste de pareja y a la evolución de su pacto narcisista.

El último aspecto del pacto narcisista que quisiera comentar es la construcción del «discurso» o narración de pareja. Como decía Aristóteles, «Todo hombre necesita encontrar un sentido al mundo y a sí mismo». Según Darwin esta necesidad de atribución de significados surge del instinto de supervivencia y, en estadios evolutivos avanzados, produce los valores culturales (sistemas religiosos y otros), claramente en el terreno del Superyó y los ideales que los individuos aspiran a realizar. El pacto narcisista incluye, pues, la producción del «discurso» que da sentido. Como es obvio, este debe ser compatible con las narrativas individuales, conciliación que es un proceso intersubjetivo. Cada individuo elabora su propio discurso, pero a la vez, lo construye en relación al otro. Así, el discurso de la pareja refleja su pacto: sus ideales positivos y negativos de sí mismos y la evolución de su relación.

²⁷. Boston Change Process Study Group: Grupo de Boston para el estudio de los procesos de cambio. Es un grupo formado por varios investigadores, algunos de los cuales mencionaré.

²⁸. En un estudio realizado con el grupo de San Pedro Clavé (Grimalt, Llovet, Oliva y otros, 1984), confirmamos los efectos psicopatológicos de las separaciones infantiles. Por otra parte, mi experiencia directa o como supervisor con poblaciones similares a las estudiadas por Bowlby, me ha mostrado que casi siempre ha habido separaciones o pérdidas de los progenitores en momentos evolutivos claves.

²⁹. Mario Marrone ha sido un gran colaborador de Bowlby y estudioso de su vida y obra.

³⁰. Karen Lyons-Ruth, miembro del grupo de Boston, me recomendó los estudios de esta autora durante el Congreso de IARPP en Barcelona en 2010.

³¹. No obstante, algunas de estas investigaciones han mostrado la gran dificultad para definir operativamente la continuidad entre los patrones infantiles y los de la edad adulta, razón por la cual la investigación cualitativa, o el análisis clínico de casos aportan mayor claridad (véase el cuestionario de Chris Fraley <<http://www.yourpersonality.net/cgi-bin/relstructures/relstructures.pl>>).

³². Ruszczynski 1993; Clulow, 2001; Lupinacci, Zavattini, 2002; Santona, Zavattini, 2005; Velotti, Gigli, Zavattini, 2006; Orbach, 2007.

³³. Miembro del grupo de Boston. Ha realizado estudios aportando evidencias empíricas sobre los patrones relacionales en niños.

³⁴. Traducido como «modelos operativos internos». Este concepto incluye aspectos cognitivos y concuerda con las teorías de Piaget, que tuvo varios encuentros con Bowlby y Lorenz. Klein y sus seguidores rechazaron este concepto justamente por sus implicaciones cognitivas, que consideraron contrarias a la teoría psicoanalítica. Para más detalle de la polémica, véase el estudio de Mario Marrone (2001).

³⁵. Peter Fonagy pertenece a la escuela de Anna Freud. Conoce bien y ha trabajado en la orientación cognitiva y la clínica psicoanalítica.

³⁶. Como muchos de los primeros sistémicos, Lyman Wynne (1923-2007) era psicoanalista. Pertenecía a la Harry Stack Sullivan Society, entidad en honor a este psicoanalista fundador de la perspectiva interpersonal, otra de las corrientes que forman parte del psicoanálisis relacional.

³⁷. Lewis Aron (1996), miembro fundador de IARPP tiene un interesante estudio sobre el concepto de mutualidad en el Psicoanálisis desde la perspectiva relacional.

³⁸. Más adelante impulsé el estudio de los desarrollos de Palacio-Espasa (1984) en el equipo de San Pere Clavé y la ACPP (Palacio-Espasa, 1988 y Llovet, Sierra, Tomás, Villegas, Gratacós, 1992). Véase un relato de una intervención sobre este modelo en Llovet, 1988.

³⁹. Johnson utiliza el término *Howl*, un tanto chocante y dramático, que remite a un poema de Allen Ginsberg con connotaciones existencialistas, muy célebre en la cultura norteamericana.

⁴⁰. El «reconocimiento» me ha interesado especialmente porque es un concepto central del pensamiento de Charles Taylor (1992), que comento en otros lugares.

⁴¹. La relación terapéutica es mucho más compleja porque es asimétrica. Estos autores señalan que, puesto que se supone que el terapeuta es neutro y restituye verdades que el paciente ha reprimido, este está predispuesto a acomodarse a lo que le dice el terapeuta.

⁴². Aunque el Grupo de Boston remarca que se refiere a fenómenos emocionales, este tipo de inconsciente tiene una estrecha relación con el inconsciente cognitivo de Piaget (1970). Desarrollaré este análisis junto con la explicación de los descubrimientos de Kandel.

⁴³. Pablo Herrero pertenece al GPAB.

⁴⁴. El término «pacto narcisista» es una contracción de los conceptos de «pacto denegatorio» y «contrato narcisista» de Aulagnier (1991) y Kâes (1989) que creo innecesario diferenciar aquí. Otros términos que se refieren aproximadamente al mismo fenómeno son los de *Quid pro quo* (Jackson, 1971), colusión (Willi, 1975), zócalo (Berenstein y Puget, 1990) y conyugalidad (Nicoló, 1999).

[45](#). K aes diferencia el «contrato narcisista» del «pacto denegatorio» en que el primero tiene un carácter público, imperativo e incluso legal mientras el segundo es un acuerdo entre dos, sin referencia normativa externa.

> 5. LOS DESARROLLOS DE LA PAREJA

Después de su formación, la pareja continuará experimentando cambios, algunos como consecuencia de la evolución personal de sus miembros, otros para adaptarse a las nuevas circunstancias propias de las etapas de la vida. Estos cambios conllevan nuevas maneras de sentirse, algunas de las cuales hacen emerger angustias importantes e identificaciones profundas que afectan el equilibrio de la pareja. Nos interesa identificar especialmente los factores que favorecen la evolución de los individuos y de la pareja como conjunto. Recientemente hemos definido este conjunto como una relación de tres: dos individuos y esta nueva entidad que es la pareja. Idealmente, no debería haber contradicción entre los desarrollos individuales y el de la pareja. Sin embargo sabemos que se producen tensiones que pueden tener efectos patológicos.

El inicio de la convivencia, tanto si es la primera emancipación de los individuos respecto de sus familias de origen como si esta ya se había realizado anteriormente, conlleva cambios sustanciales en la relación. La convivencia y las nuevas situaciones que conlleva la convivencia hacen que los individuos se conozcan mejor y reajusten su relación. Uno de los hechos principales es que lo que la pareja había deseado y proyectado se va transformando en una realidad, lo que conlleva una confrontación entre las fantasías y los mitos culturales sobre la pareja y su realidad. Esta confrontación es compleja y puede producir dos fenómenos contrarios: la decepción o la aceptación.

Uno de los mitos y temas que se debaten a menudo es si la pareja puede seguir siendo satisfactoria a largo plazo o bien pierde su atractivo y subsiste por las necesidades que suple. Quizás sea uno de los debates más antiguos de la humanidad pero nos interesa no emprenderlo únicamente como un debate «esencial», sino también situándolo en las realidades concretas que vive la pareja. Entre estas destacan dos. Una es la compleja relación entre el amor, la sexualidad y la felicidad. La otra es la parentalidad, fenómeno que cambia sustancialmente la relación de pareja. Finalmente, la pervivencia de la pareja a largo plazo depende de la satisfacción emocional que conlleva, incluido el afrontamiento de los retos vitales o, como se dice a veces, de si resulta terapéutica para sus miembros.

5.1. Emancipación y convivencia

El inicio de la convivencia es sin duda la decisión más trascendente de la pareja. Vemos primeramente el caso universal en el que la convivencia coincide con la emancipación respecto a las familias de origen.

La emancipación implica el acceso a un mayor grado de independencia y una nueva fase de los duelos adolescentes. La nueva variable de estos en la emancipación es que anteriormente el distanciamiento de los padres había sido emocional mientras ahora es también físico y «real». El nuevo nivel de independencia es un reto que genera inseguridades y las consecuentes reacciones defensivas. No obstante, estas quedan a menudo encubiertas por la disociación inconsciente y los sentimientos de ilusión e idealización de la convivencia. La gran diferencia entre los duelos adolescentes anteriores y su nueva edición en la convivencia es que ahora son elaborados conjunta e intersubjetivamente, y este «tercero» que es la pareja (*self object*) actúa como apoyo en su elaboración.

5.1.1. La capacidad para la soledad

Una parte de la evolución psicológica depende de factores individuales, entre los que tiene especial importancia la capacidad para la soledad, sobre la que nos detendremos.

Los compañeros pueden experimentar sentimientos de soledad o de compañía, tanto cuando están físicamente juntos, como cuando están separados. Así, algunas personas necesitan una intensa interacción para sentirse acompañadas, de lo contrario se sienten desatendidas o ignoradas. Para otros, en cambio, la sola proximidad física (incluso realizando cada uno una actividad independiente) crea el sentimiento de estar acompañados. Más aún, en ocasiones las personas se pueden sentir acompañadas por los seres queridos aun estando físicamente separados, como si los llevaran en su interior. Para completar las variaciones en el sentimiento de soledad, hay personas que necesitan experimentarla regularmente y aislarse, de lo contrario se sienten invadidos o excesivamente solicitados.

Winnicott (1958) realizó una aportación fundamental sobre la formación de la capacidad para la soledad. En su labor como pediatra, observó que, cuando hablaba con las madres, algunos niños estaban tranquilos, ocupados en otra cosa. No reclamaban la atención de la madre, como si con la sola presencia se sintieran acompañados. Para otros niños, en cambio, la proximidad no parecía ser suficiente. Reclamaban la atención directa y no se entretenían autónomamente. La explicación más obvia eran los celos, pero Winnicott investigó en una dirección diferente, pensando en la formación de la capacidad para estar solo. En la evolución posterior de los niños, observó que los «autónomos» se volvían independientes antes y llegó a la conclusión de que esta capacidad de sentirse acompañado aunque no hubiera relación directa era el embrión de la capacidad de estar solo.

En la elaboración teórica, Winnicott explicó este fenómeno por la formación de una representación mental de la madre suficientemente estable para mantenerse a pesar de la ausencia física de la misma. De forma más amplia, relacionó esta representación con la

noción de «objeto interno» de Melanie Klein. No obstante, también señaló su carácter relacional, es decir, su dependencia de la actitud de la madre. Si el niño percibe que esta está tranquila viéndolo solo, se sentirá también tranquilo y seguro de sí mismo. Si, por el contrario, se siente angustiada o culpable por dejarlo solo, él mismo sentirá de forma negativa el hecho de estar solo. No quisiera extenderme sobre las implicaciones teóricas de estas observaciones, que han provocado intensos debates que refleja el compañero y gran estudioso de Winnicott,⁴⁶ Francesc Sainz (2008). Solo señalaré que la referencia al concepto de «objeto interno» de Klein parece vincular esta noción de Winnicott al modelo intrapsíquico, mientras que la observación de la dependencia respecto a la actitud de la madre concuerda con los patrones relacionales de Bowlby y Ainsworth. Winnicott se encuentra pues en una posición intermedia (y un tanto ambigua) entre los dos modelos que comparamos.

Para Winnicott, la capacidad de estar solo determina una manera de estar con el otro «auténtica», el «verdadero *self*». En cambio, cuando el niño se siente inseguro, se acomoda a lo que cree que necesita la madre, desarrollando un «falso *self*». Esta problemática es relativamente frecuente en los casos de parejas que consultan después de haber iniciado su primera convivencia. Dado que esta modifica sustancialmente los límites (membranas) internos y externos, pueden aparecer sentimientos de soledad que se manifiestan de diversas formas. Pueden ser de tipo evitativo, tomando la forma de ignorancia o despecho, simulando que no se necesita al otro. También pueden tomar la forma contraria, fusional, invadiendo al otro por el miedo a perderlo. En la díada primaria, la asimetría hace que la madre sea quien proporciona seguridad, mientras la simetría de la pareja puede dar lugar a «reacciones circulares» de contagio de la angustia de abandono y a las formas defensivas evitativas o fusionales.

Veamos un caso que las ilustra. Antes del inicio de su convivencia, Laura mantenía una relación conflictiva y distante con su madre. Se sentía sola en su hogar familiar, lo que la precipitó a iniciar la convivencia con su pareja, Antonio. Sin embargo, poco después de haberla iniciado, Laura cambió de actitud hacia su madre y empezó a solicitar su consejo en temas domésticos. A continuación, la requería a menudo para que la ayudara en su nuevo hogar. Paralelamente, inició una actitud quejosa hacia Antonio, a quien reprochaba falta de atención y pérdida del sentimiento amoroso.

Laura había consultado, derivada por su médico de cabecera, para un estado de angustia y el inicio de una depresión. Inicialmente, habló de lo que era consciente para ella: la angustia repentina que la invadía sin saber la causa. Explicó que le sucedía en casa, desencadenando conflictos de pareja que la trastornaban mucho. En visitas posteriores, fueron emergiendo los sentimientos de soledad que precedían a los accesos de angustia. Ella intentaba no sentir la soledad y llamaba a su madre. Por otra parte, sin relacionarlo, Laura se sentía cada vez más desilusionada con la convivencia y su ideal de pareja. Explicó la «ilusión» de todo el noviazgo: el estilo de vida que llevaban, el entusiasmo por los proyectos y cómo, poco a poco, se había comenzado a sentir sola, como si le faltara algo.

En sesiones de pareja posteriores, Antonio explicó el proceso tal como lo había sentido él. A pesar de que racionalizaba enormemente sus sentimientos, explicó que, inicialmente, se sintió incómodo con la presencia de la suegra y que Laura se quejaba de su intromisión. Siguiendo su relato, más tarde Laura pareció haberse reconciliado con su madre, pero la queja se había dirigido entonces hacia él, lo que le hizo distanciarse y sentirse «solo en casa», aunque Laura estuviera en ella. A continuación él estrechó también los lazos con su familia y reanudó actividades con amigos que había dejado al iniciar la convivencia de pareja. Se inició, pues, una de las «reacciones circulares negativas» típicas de la pareja en la que se potencian los sentimientos inconscientes en el área de mutualidad psíquica mencionada por Wynne (1956).

Durante las visitas conjuntas, ambos se sorprendieron al darse cuenta de que expresaban aproximadamente los mismos sentimientos de soledad y desencanto. Ambos atribuían a otras causas de tipo circunstancial su distanciamiento y evitaban pensar en los dolorosos sentimientos de soledad. De hecho, ambos admitían haberse distanciado como reacción al hecho de sentirse solos, aunque el otro estuviera en casa. Esta comprensión dio un giro radical a su relación. Hablamos abundantemente de esta dificultad y al cabo de un tiempo, como si no tuviera ninguna relación con las visitas, Laura comentó que le habían suprimido la medicación para la angustia porque ya se sentía mejor.

Winnicott decía que el niño desarrolla la capacidad de estar solo cuando está cerca de la madre, pero cada uno está haciendo algo diferente. Cuando esta capacidad es débil, los individuos se manifiestan defensivamente, mediante quejas o una relación conflictiva, que son a menudo formas de reclamar la atención del otro. Este era en parte el tipo de relación que Laura había mantenido con su madre, pero la emancipación había hecho imposible que continuara reclamándola de este modo. Por otra parte, la transferencia de este patrón relacional a la pareja tenía efectos diferentes, ya que el otro también estaba bajo los mismos efectos de la emancipación. En el siguiente apartado veremos con mayor detalle la mutualidad psíquica y las reacciones circulares.

5.1.2. Las segundas parejas: la repetición y las reacciones circulares

En las segundas parejas, aunque la emancipación ya se realizó, puede que la problemática de la soledad no se haya resuelto. En algunos casos similares al anterior, la evolución conduce a la ruptura, sin conciencia de los fenómenos emocionales subyacentes, y, fácilmente, los individuos reproducen el mismo patrón. Contradiendo una hipótesis muy extendida, esto no significa necesariamente que haya actuado la «compulsión a la repetición», propia del modelo intrapsíquico que, de hecho, no considera al otro miembro sino un actor pasivo en el mundo psíquico de cada individuo. Desde una perspectiva relacional, nos interesa observar la construcción conjunta que realizan ambos.

El caso de Carlos ilustra este dilema. Este paciente, de carácter introvertido e introspectivo, vino a la consulta preocupado porque percibía que, en su segunda unión, tendían a producirse conflictos similares a los que habían conducido a la ruptura de la

primera. De forma similar al caso de Laura y Antonio, la primera pareja de Carlos, tras el enamoramiento y el primer período de convivencia, habían comenzado a distanciarse, a tener conflictos y a separarse emocionalmente. En la segunda pareja tendía a suceder lo mismo, si bien con diferencias importantes. Entre ellas, después de la primera experiencia, esta vez el paciente se hacía la pregunta «hacia dentro», sin atribuir exclusivamente a su pareja las causas del distanciamiento. También pensaba que quizás estaba «condenado a la soledad» (según su expresión). Este fue el punto de partida del diálogo terapéutico. Se sorprendió mucho cuando le pregunté si pensaba que su actual pareja (que también había sufrido ya una separación) sentía lo mismo que él. Explicó que lo que estaba pasando hasta ahora era que él expresaba este temor y ella también y emprendían largas, pero estériles, disquisiciones sobre cuál de los dos lo sufría más intensamente o era más responsable.

Ciertamente, las rupturas anteriores habían tenido un efecto traumático que explicaba el intenso temor a la repetición. Sin embargo, la repetición no es un fenómeno exclusivamente intrapsíquico, determinado por tendencias internas individuales, sino construido en la relación entre ambos y, sobre todo, determinado por su contacto emocional. El hecho determinante es que, entre ellos, predominaba una actitud defensiva y, aun sufriendo el mismo tipo de angustia de abandono y soledad, su diálogo derivaba hacia la queja o la demanda hacia el otro, sin que ninguno de los dos asumiera el papel protector que desempeña la madre en la diada primaria. En el siguiente apartado veremos el marco teórico propuesto por Mitchell para explicar los modos relacionales y la forma como la relación con el otro influye en la noción de sí mismo y viceversa. En el caso de Carlos, ambos eran cautivos del intenso efecto traumático de la experiencia anterior de soledad y abandono y ambos esperaban la protección del otro, sin darse cuenta de que cada uno de ellos podía cumplir este papel. Los nuevos conocimientos sobre plasticidad neuronal indican que si bien las redes preexistentes tienen una gran influencia, también se pueden crear otras nuevas u otras preexistentes pueden ser modificadas. Por decirlo en términos de redes neuronales, la experiencia que debía ser activada no era la de «ser cuidado» sino la de cuidar.

5.2. La intersubjetividad: los modos relacionales de Mitchell

Amor, de vos yo siento más que sé.
AUSIÀS MARCH (SIGLO XV)

En este apartado expondré los modos relacionales de Stephen Mitchell (2000), uno de los principales impulsores de *International Association for Psychoanalysis and Psychotherapy* (IARPP), a través de la cual he conocido la tradición relacional llamada «intersubjetivista». Estos modos describen la concepción que el sujeto tiene del otro y, de ahí, la forma como se relaciona con él. En su explicación, Mitchell parte de la observación de que la teorización psicoanalítica ha concebido el desarrollo como un proceso de separación y autonomía del niño respecto de su madre, concebida esta como

un objeto de sus necesidades. Menciona la visión introducida por Jessica Benjamin y Nancy Chodorow (autoras también relacionales) en el sentido que lo más significativo para el desarrollo mental infantil es el sentimiento de la propia subjetividad y agencia (capacidad de decisión e iniciativa), pero, también, el reconocimiento de la subjetividad y agencia de la madre.⁴⁷

Aun reconociendo que el crecimiento es autonomía y capacidad para afrontar la separación (la soledad, el sentimiento interno de seguridad, etc.), el elemento clave es el reconocimiento de sí mismo y del otro. Mitchell hace hincapié en que se supera así la visión de una díada compuesta por dos individuos esencialmente diferenciados, por otra en la que ambos se influyen profundamente. Esta idea queda sintetizada en la expresión «la subjetividad surge de la intersubjetividad». La experiencia docente y supervisora me ha mostrado que estas nociones resultan muy abstractas, difíciles de captar y trasladar a la práctica sin una excesiva racionalización, por lo que creo que es interesante extenderse en su explicación.

El concepto de «intersubjetividad» fue investigado ampliamente por Edmund Husserl (1859-1938), considerado el fundador de la fenomenología (Ferrater Mora, 1970). Husserl puso las bases de la psiquiatría fenomenológica (Kraepelin, Jaspers) que se interesó por el mundo subjetivo y las vivencias. Charles Taylor (1989: 234) sitúa Husserl en la tradición del «pensamiento autónomo» inaugurada por Descartes (1596-1650), para quien el *Cogito ergo sum* significa liberar el pensamiento de los dogmas, del control de la autoridad, de las costumbres y las pasiones. Esta tradición tiene su versión empírica en Locke, pero tomaré el desarrollo racionalista de Kant (1724-1804). Este diferenció la «moral heterónoma», basada en un ente externo (la autoridad), de la «moral autónoma», basada en la capacidad de razonamiento de cada individuo. Kant se aproxima aquí al concepto de subjetividad, ya que reconoce la valía de las concepciones construidas para cada individuo. No obstante, la idea de Kant no era propiamente la subjetividad, sino más bien la contraria: la objetividad que puede alcanzar el razonamiento lógico y por tanto, el valor de las convicciones morales de todos los individuos, siempre que tengan suficiente información. En todo caso lo esencial era el pensamiento basado en el razonamiento y el abandono de los dogmas.

En esta línea de pensamiento, Hegel (1770-1831) introdujo la noción de intersubjetividad argumentando que las convicciones y las nociones de sí mismo no se construyen únicamente en base al razonamiento lógico, sino fuertemente influenciados por el otro. Su ejemplo más conocido, difundido en el ámbito psicoanalítico por Lacan, es la *Dialéctica del amo y el esclavo* (Kojève, 1933). En ella Hegel argumentó que el dueño no lo es sino por la existencia del esclavo y viceversa. Obviando el papel de la fuerza, la noción que cada uno tiene de sí mismo se basa en la asunción de la relación que mantiene con el otro: el esclavo lo es en la medida en que hace suya la condición que le atribuye el dueño y este lo es también por el reconocimiento que proviene del esclavo.

Husserl desarrolló estas ideas, siempre bajo la perspectiva de la construcción autónoma y subjetiva de cada individuo. Su precisión (Taylor, 1989: 624) es el énfasis en la

sensibilidad y receptividad y su incidencia en la subjetividad. Así, Husserl no contempla la construcción de la subjetividad como una mera réplica o copia de la atribución procedente del otro, sino «filtrada» por la sensibilidad y la posterior elaboración reflexiva. En esta elaboración Husserl aporta la distinción fundamental entre el «*self* sensible» y el «*self* reflexivo» que hemos visto en el capítulo anterior⁴⁸ y queda reflejada en la cita del poeta medieval Ausiàs March, en la que expresa que, del otro, «sentimos más que sabemos».

Entre los psicoanalistas relacionales, Stolorow y Atwood (1992), Lewis Aron (1991) y Dona Orange (1997) han desarrollado más radicalmente la perspectiva intersubjetiva, definiéndola como un campo creado por dos subjetividades que se influyen mutuamente. Para Stolorow y Atwood (1992: 38), la subjetividad se organiza sobre las conclusiones que una persona extrae del ambiente relacional a lo largo de toda su vida, especialmente a partir de las interacciones mutuas y complejas con sus primeros cuidadores. Estas conclusiones toman forma de autodefiniciones inconscientes tales como «soy un inútil», «debería ser más educado», «soy admirado donde sea que vaya» y otras que organizan las vivencias íntimas. Estas atribuciones de valores y de sentido a las vivencias, está determinada por la influencia del otro.

De forma similar a Lyons Ruth, para Mitchell (2000) la influencia de la intersubjetividad radica en el apego (*attachment*), ya que las necesidades de supervivencia requieren que el bebé interprete la intencionalidad de la madre y le dedique sus capacidades de atención, análisis sensorial, pensamiento causal, etc. En la investigación de la intencionalidad materna, el niño percibe necesariamente que esta no siempre se ajusta a sus expectativas, lo que le hace tomar conciencia de su propia intencionalidad. La conciencia de sí mismo y de la propia subjetividad nace, pues, de las «fallas en el ajuste», un concepto que desarrollaremos más adelante.

Como es habitual en las teorizaciones de las díadas, el campo de observación de Mitchell son las formadas por el paciente y el analista y la díada primaria. Los modos relacionales que establece representan grados de diferenciación e individuación de los miembros de las díadas desde el estado inicial de fusión. Es por tanto un modelo aplicable a la díada formada por la pareja, que también se inicia con el estado de fusión del enamoramiento. La diferencia respecto a las otras díadas es que la pareja no finaliza con la independización de sus miembros pero sí evoluciona en el sentido de un progresivo reconocimiento de sus diferencias.

El modo 1, o «interactivo», es lo que las personas hacen realmente las unas con las otras. Los miembros de la pareja se influyen y regulan mutuamente la interacción, pero el otro no es concebido como un ser independiente sino por los efectos que tiene sobre sí mismo. Para Mitchell, este modo es «prerreflexivo», ya que trata de la acción y de lo que es real.⁴⁹

Los diversos ciclos vitales conllevan cambios en el nivel de la interacción. Un ejemplo es la fase de convivencia de la pareja, en la que el otro toma mayor importancia, ya no en la vida psíquica propia, sino en la «real». Por otra parte, también es conocido como objeto real en sí mismo, ya que en la vida cotidiana se producen conductas, actitudes,

etc. que no se producen en otras ocasiones. Uno de estos aspectos es el cuidado del hogar. Con independencia de que los miembros de la pareja colaboraran mientras convivían con sus familias de origen, la responsabilidad recaía en última instancia sobre los progenitores. Con la convivencia, recae enteramente sobre los miembros de la pareja, lo que incide sobre el modo interactivo. La pareja de Laura y Antonio que hemos visto antes ilustra el impacto de la convivencia en el modo interactivo, ya que ambos esperaban recibir cuidado del otro.

El modo 2 se refiere a la «permeabilidad emocional» o la experiencia de compartir afectos intensos. En este modo hay conexión emocional en el sentido de la empatía y el contagio, el «sentir lo que siente el otro» señalado por Riera (2010). Relacionándolo con otros conceptos que he expuesto, hay mayor permeabilidad de la membrana intradiádica y reforzamiento de la membrana extradiádica. Es un estado que tiende al reforzamiento de la pareja y a su aislamiento del mundo exterior. Mitchell enfatizó que, en este modo, lo que es importante no es determinar qué miembro de la díada ha sido el primero en experimentar una determinada emoción sino observar la permeabilidad o el contagio entre ambos. Como ya hemos visto, el descubrimiento de las neuronas espejo aporta una explicación orgánica de la permeabilidad o el contagio.

De este modo, la vertiente positiva es que los sentimientos son reconocidos y validados por el otro. La vertiente negativa es la tendencia a la fusión, en la que los compañeros no desarrollan suficientemente su individualidad ni se enriquecen mediante la aportación de lo que cada uno tiene de singular y diferente. Esta falta de diferenciación propicia las reacciones circulares por las que la pareja permanece en un determinado conflicto sin que ninguno de los dos pueda tomar suficiente distancia para conducirlo o elaborarlo. En este modo la diferenciación es sentida como un ataque a la pareja y rechazada, lo que implica el empobrecimiento personal y una posible deriva patológica. El caso de la pareja de Carlos ejemplifica la vertiente patológica de la permeabilidad del modo 2. Su preocupación por la repetición de los conflictos inducía un estado emocional análogo en su pareja, produciéndose una «reacción circular». La intervención terapéutica representó un espacio reflexivo sobre las emociones que invadían la pareja.

El modo 3, que Mitchell llama «configuraciones *self*-otro», es la experiencia organizada según la relación entre ambos. A la inversa que en el modo 2 (compartir), aquí analizamos la diferenciación entre los miembros de la pareja y la forma como ambos se complementan. Mitchell puso como ejemplo de este modo las díadas complementarias «madre-hijo» o «padre-hijo», en las que cada miembro se siente a sí mismo en relación al otro (sentirse madre, padre, hijo).

Este efecto se observa muy claramente en la parentalidad y en la atención en salud mental infantil. En las sesiones clínicas del Servicio Médico Pedagógico de Ginebra, René Diatkine explicaba una noción similar a la de Mitchell elaborada por su compañero, Serge Lebovici (1988), según la cual «El bebé convierte a la mujer en madre y la obliga a construir nuevos modelos sobre sí misma». De manera análoga, la mujer convierte al hombre en marido o compañero y viceversa. Así, la forma de sentirse de cada miembro de la díada está determinada por el rol que desempeña (o debe ejercer)

hacia el otro. Para decirlo sintéticamente, la experiencia con el otro configura el sí mismo. Mitchell señala que en este modo actúa el Yo, que siempre es una instancia psíquica de diferenciación respecto al otro y también internamente.⁵⁰ Así, en este modo se abandona la intensa conexión del modo compartido o de permeabilidad.

Este modo contiene la paradoja de que el otro es esencial para la afirmación de la individualidad y, al mismo tiempo, la percepción de la diferencia con el otro da lugar a la percepción de sí mismo. Es, pues, el modo relacional de la subjetivación mediante la intersubjetividad, en el que cada individuo tiene una noción de sí mismo derivada de la relación que tiene con el otro. Esta paradoja explica que las rupturas de pareja impliquen también una ruptura interna (disociación) y un proceso de redefinición de la identidad, ya que el otro ha sido un componente esencial de esta definición. Por otra parte, esta vertiente resistencial también implica que algunos elementos de la personalidad no son reconocidos como propios sino proyectados en el otro. Era el caso de Laura, que hacía una proyección patológica de aspectos de sí misma sobre la madre que más tarde transfirió a su compañero. Ante la «obligación» (como decía Lebovici) de cada uno hacia el otro de asumir los roles parentales de cuidado del otro, ambos se fueron sintiendo progresivamente inútiles, egoístas y sometidos a una exigencia inalcanzable, pero proyectaron estos sentimientos en el otro.

Un ejemplo muy frecuente de la vertiente negativa de las «configuraciones *self*-otro» son las parejas en las que uno de los miembros sufre una adicción. El miembro adicto delega en el otro el cuidado de sí mismo, mientras el miembro aparentemente sano constituye su identidad en torno a ese rol. La vertiente positiva de la configuración *self*-otro es que la complementariedad favorece la emergencia de *selves* latentes. Como ejemplo, los cambios relacionales que implica la emancipación hacen emerger los *selves* adultos (cuidar del otro, la capacidad de decisión, etc.) y también los infantiles (regresión e intimidad) que han sido reprimidos en la adolescencia. Este modo provoca, pues, una nueva subjetivación a partir de la complementariedad con el otro.

Por último, el modo 4 es la intersubjetividad, el reconocimiento mutuo como personas independientes en el sentido más amplio, es decir, provistos de iniciativa, interés y, en definitiva, subjetividad propia. Lo más definitorio es que se percibe al otro vinculado o perteneciente a otras redes sociales o relaciones. Mitchell señala que los tres primeros modos encajan en el concepto de Kohut de *self objects*, es decir, objetos que apoyan al *self* propio. Así, en el modo 1 (interactivo), el otro forma parte de la realidad e interactúa. En el modo 2 (compartir), el otro participa en los estados emocionales propios pero su efecto se limita a hacer estos estados posibles y al mencionado «efecto espejo», es decir, promover la toma de conciencia de sí mismo. En el modo 3, (*self*-otro), los otros son simbolizados, pero desarrollan roles funcionales concretos complementarios al propio. En cambio, en el modo 4 (intersubjetivo), los otros son sujetos plenamente independientes. No son solo diferentes de un mismo y dotados de su propia subjetividad, sino agentes activos en una red mucho más compleja de interdependencia, que incluye a ambos miembros de la pareja, pero también a otros objetos ajenos a la misma.

El marco de referencia de los modos relacionales de Mitchell permite diferenciar la influencia de las relaciones de pareja en la forma de sentirse y la subjetivación individual. Como remarcan Stolorow y Atwood (1992), cada relación es un contexto relacional específico, único e irrepetible, que resulta de la combinación de determinados aspectos que se activan mutuamente. Algunos de los aspectos de cada personalidad resultan activados, mientras otros quedan excluidos o desactivados. Estos autores señalan también la influencia de la atribución de intenciones y las «definiciones» del otro. Aquí reside una fuente importante de efectos patológicos como los que hemos visto muy brevemente en el caso de Laura. En casos más patológicos observamos la atribución o definición del otro como una persona «adicta» u otra cualidad.

Una observación interesante de Mitchell es que resalta la incomodidad que genera el concepto de intersubjetividad. La incomodidad proviene de la tensión profunda y continua entre la idea de que dependemos del reconocimiento del otro y la necesidad de cada uno de sentirse autónomo y encontrar su propio camino como expresión de su propia subjetividad. Al contrario que en el modelo intrapsíquico, en el que el individuo contiene en sí mismo todas las posibilidades de desarrollo, el modelo relacional ofrece una imagen de interdependencia de las mentes y de necesidad del otro. En contrapartida a este reconocimiento, la intersubjetividad no solo implica que el otro está presente en la propia mente, sino también nuestra propia presencia en la mente del otro, algo que han señalado otros autores como veremos enseguida.

Para terminar este apartado, quisiera resaltar una de las diferencias entre la perspectiva psicoanalítica relacional, que vincula íntimamente la intersubjetividad y el narcisismo y la perspectiva intrapsíquica, en la cual Freud estableció una neta entre el narcisismo (que ignora la existencia independiente del objeto) y la relación de objeto (en la que se reconoce la necesidad y la independencia del otro).

A pesar de esta oposición, Alberto Eiguer (2009), gran estudioso de la pareja y del narcisismo, señala que la percepción de la profunda interdependencia implica una gratificación narcisista, ya que tomamos conciencia de nuestra importancia para el otro. Tanto el bebé como los miembros de una pareja enamorada, tienen una acentuada percepción de su importancia para el otro. El pacto narcisista tiene, pues, la importante función de procurar no solo la propia satisfacción sino, más aún, la del otro ya que esta devuelve, en forma de reconocimiento, la noción del propio valor y de realización del Yo ideal. Por el contrario, una de las características de la psicopatología del vínculo de pareja es la ruptura del pacto narcisista y el rechazo de las atribuciones mutuas. Obviamente, la razón de esta ruptura es el conflicto entre las atribuciones y el ideal o el sentimiento de sí mismo que tiene cada miembro. Este es el fenómeno que observamos en la pareja del filme *Un dios salvaje*, en la que el marido rechaza que la esposa piense que su estilo educativo tenga consecuencias nefastas sobre el hijo.

5.3. Los mitos del amor

Uno de los fenómenos que condicionan el desarrollo de la pareja son los mitos del amor. El amor romántico y el ajuste perfecto son dos de los más significativos y objeto de debates. Los mitos contienen relatos que orientan a los miembros de la pareja sobre las expectativas que pueden tener. Son, pues, guiones biográficos que los individuos toman como marcos de referencia, respecto a los que se posicionan o acomodan, haciéndolos suyos en mayor o menor medida.

La función psíquica de los mitos es similar a la de las fantasías, ya que contienen deseos u objetivos que se quieren conseguir y temores o riesgos que se quieren evitar. En este sentido, son instancias mediadoras entre el mundo interno y la realidad. En cambio, se diferencian porque los mitos tienen un carácter fundamentalmente cultural mientras que las fantasías son impulsadas por los instintos. Así, dentro del psiquismo, las fantasías se sitúan en el Ello, mientras que los mitos se sitúan en el Superyó, como ideales que producen autoestima y sintonía con los valores culturales. Son, pues, elementos que socializan e inscriben a los individuos en un determinado grupo cultural. Por las mismas razones, los mitos son ampliamente compartidos, mientras que las fantasías son altamente específicas de cada individuo (a pesar de lo cual, coinciden).

Por su función mediadora entre el mundo interno y la realidad externa y socializadora, los mitos conducen a la adaptación, pero también pueden ser disfuncionales. Como señalan varios estudios (véase la recopilación de Perez Testor, 2006), pueden interponerse como obstáculos en el proceso de maduración de la pareja y el entendimiento entre sus miembros. En estos casos, los mitos actúan como ideales inalcanzables que generan malestar y desconexión con la realidad. Su incidencia concreta en la pareja es que dificultan la comprensión de los conflictos y las insatisfacciones. Así, en lugar del análisis de lo que sucede en la realidad de la relación y entre los individuos, se analiza el cumplimiento del guión de los mitos, con riesgo de despersonalización.

Los mitos tienen relación con otros conceptos que hemos visto. Así, siguiendo a Winnicott, producen «falsos *self*» o imágenes idealizadas de sí mismo o de la pareja. Como dice Winnicott, la función de los falsos *self* es defensiva y sirven para evitar el contacto con el verdadero *self*. En el mismo sentido, utilizando los conceptos de Stolorow, la adhesión a los mitos conlleva fallas en la «autenticidad», ya que son expresiones superficiales que evitan el contacto con las tendencias profundas. En estos casos, los individuos no se relacionan de acuerdo con su realidad interna y la del otro, sino con las imágenes contenidas en los mitos. Finalmente, podemos relacionar los mitos con los conceptos de los modos intersubjetivos de Mitchell que hemos visto en el apartado anterior, en los que el otro es concebido como un objeto necesario para hacer realidad el mito (o el ideal), despersonalizándolo como sujeto diferenciado.

5.3.1. El amor romántico

Si bien el mito del amor romántico es antiguo, su dominancia cultural actual se remonta a tan solo hace dos siglos. Actualmente es cuestionado en el marco de los cambios

sociológicos que los sociólogos llaman «fin del patriarcado», la «posmodernidad» u otras expresiones. Distinguiré el «amor romántico» del «romanticismo en el amor», entendiéndolo que el primero es un tipo de amor en el que predomina (o es exclusivo) el sentimiento romántico, mientras que en otros casos este sentimiento coexiste con otros.

El romanticismo cumple una función dentro de la formación de la pareja. En la perspectiva de la evolución de la especie, ha cumplido la función de mantener unida a la pareja progenitora con varios efectos. El más importante ha sido proporcionar un mejor desarrollo y protección de la descendencia, tanto en la primera infancia como más adelante, con reconocimiento de los lazos parental-filiales y la transmisión de recursos. El mantenimiento de los vínculos de pareja tiene también otras consecuencias positivas como es evitar los conflictos de rivalidad en la comunidad.

En la perspectiva de la evolución de cada pareja, el romanticismo suele formar parte o ser el sentimiento predominante en el enamoramiento.⁵¹ Como hemos visto, el enamoramiento, se caracteriza por la disociación entre los impulsos amorosos y los agresivos. Mientras que los primeros se vinculan al otro, los impulsos agresivos son proyectados fuera de la relación o reprimidos en el inconsciente. Recordemos que para Freud, estos impulsos son los de supervivencia del individuo, es decir, los que defienden y afirman el Yo. Esto explica que, como refleja la cita de *El malestar en la cultura* (1930: 9), en el enamoramiento se esfumen los límites entre los individuos (sus Yo) y estos experimenten un sentimiento de fusión. La dominancia de los impulsos amorosos y la represión de los afirmativos y agresivos del Yo conlleva que los individuos se sientan en una relación emocionalmente segura y también que sus personalidades se ajusten, lo que no se produce cuando los Yo están plenamente activos, defendiendo los límites de cada individuo. En el mismo sentido, los impulsos amorosos crean el sentimiento de apego y la disociación mantiene inconsciente el temor del abandono.

En la medida en que hay suficiente sentimiento de seguridad, se pueden ir integrando los impulsos del Yo en la relación, lo que es fundamental para transgredir los límites de la intimidad (Nicoló, 2010a). Sin esta seguridad, la trasgresión no es posible, ya que hace emerger sentimientos de vergüenza, de culpa u otros similares. Así se forma la complicidad entre los miembros de la pareja, por la que, ambos acuerdan (implícitamente) unas normas distintas de las que rigen en las otras relaciones. Por otra parte, la integración de los impulsos del Yo hace que la relación sea vitalizadora y favorezca la expansión de las personalidades.

Podemos ahora comprender el amor romántico como una relación que se queda fijada en el primer estadio fusional, recreando de forma autocomplaciente el sentimiento romántico y excluyendo otros sentimientos, los impulsos afirmativos y agresivos y la diferenciación entre los individuos. La dificultad de esta integración radica en que no hay suficiente sentimiento de seguridad y perduran los temores al abandono, la vergüenza y la culpa. En este sentido, el amor romántico es defensivo. En casos extremos decimos que es un «amor platónico», es decir, un amor que excluye la sexualidad, ya que esta implica la trasgresión de la intimidad. Como decíamos, varias investigaciones (Perez Testor, 2006) muestran que el ideal del amor romántico es un

obstáculo para la maduración, tanto de la pareja como de los individuos. No tan solo excluye los impulsos afirmativos y expansivos, sino que mantiene un ideal de pareja inalcanzable y las parejas o individuos que lo mantienen suelen experimentar la inevitable disminución del sentimiento romántico como una decepción y frustración. Así, se recuerda la fase fusional del enamoramiento como un «paraíso perdido», de forma análoga al mito bíblico. En aquel paraíso, no existían los Yoes. De hecho, no existía otro sentimiento relevante que el de fusión, muy similar al estado psíquico del bebé.

5.3.2. El ajuste perfecto: Balint y la falta básica

La vida es aquello que te pasa mientras estás ocupado haciendo otros planes.

JOHN LENNON

El segundo de los mitos sobre la pareja es el del ajuste perfecto. Así como el mito del amor romántico es cultural y no es asumido por la comunidad científica y profesional, parte de esta sí ha creído que la pareja puede ajustarse de modo perfecto.

Este mito surge, de manera similar al del amor romántico, de las vivencias del enamoramiento: el sentimiento de entendimiento, el establecimiento de complicidades, las fantasías o proyectos de futuro, llevan todas la idea implícita del ajuste perfecto, así como la idea de que se mantendrán a largo plazo. En este contexto, se sobreentiende que habrá diferencias de opinión y conflictos, pero básicamente, tiende a pensarse que la pareja está ajustada y ha adquirido un equilibrio básico perfecto que se mantendrá. Hay, sin embargo, otras razones de orden psicológico que sostienen este mito. Una, de tipo emocional y evidente, es que es una idea placentera y tranquilizadora que espontáneamente acompaña todo proyecto y toda ilusión. La vivencia corriente de las parejas en las etapas iniciales es la de haber encontrado el compañero ideal, con quien se tiene un entendimiento perfecto y esperan que este sentimiento se prolongue sin interrupción. Así, en las crisis, con la pérdida de este entendimiento a menudo emergen los sentimientos de frustración y decepción (Dicks, 1967) que en realidad dificultan un afrontamiento realista de la evolución.

Otra razón que sostiene el mito del ajuste perfecto es de tipo cognitivo: el principio de la buena forma de la psicología de la Gestalt, según el cual tendemos a percibir la forma acabada y perfecta de las cosas. Los experimentos de esta escuela psicológica han mostrado que tenemos tendencia a ver como completas las figuras circulares en las que faltan pequeños tramos de la línea. Así, percibimos de manera continua lo que en realidad tiene fisuras. La investigación neurológica ha verificado los mecanismos por los que el cerebro completa lo que falta para obtener una forma reconocible que permita atribuirle un significado e interpretamos como erróneo lo que no reconocemos.

Como decía, la comunidad profesional ha asumido este mito, lo que en el campo de la pareja se explica por la fuerte impronta educativa y moral de sus inicios, a cargo de «consejeros matrimoniales» (y no analistas o psicoterapeutas). La idea del ajuste perfecto fue puesta en cuestión por Michael Balint (1967) con el concepto de «falta

básica».⁵² Limitándome a lo que es relevante para la pareja dentro del amplio abanico de implicaciones de este concepto, para Balint, el ajuste perfecto es temporal y cierto grado de desajuste es sustancial a todas las relaciones y a la existencia misma. Su reflexión partió de la díada primaria, en la que observó que ninguna madre puede satisfacer completamente las necesidades del bebé excepto durante el embarazo, que queda pues representado como un estado ideal. Así, Balint formuló el concepto de «madre suficientemente buena» que ha hecho fortuna en el mundo psicoanalítico. Significa que esta solo puede satisfacer las necesidades hasta cierto punto, pero las frustraciones son inevitables. Sin duda ofrece una visión más realista y menos exigente de la función materna. Por otra parte, el ajuste perfecto tampoco sería deseable, ya que la carencia es el motor del crecimiento e impulsa el desarrollo de la iniciativa, la autonomía, el pensamiento, el lenguaje y un largo etcétera.⁵³

La analogía con la díada formada por la pareja es evidente: su ajuste tampoco puede ser perfecto sino tan solo «suficientemente bueno» para satisfacer las necesidades hasta un cierto límite. La idea de la falta básica es, pues, relevante para tratar las expectativas mutuas en la pareja y la comprensión de las dificultades ante los retos de los ciclos vitales o sucesos de la vida. El análisis de la realidad de la pareja muestra que el ajuste es enormemente complejo y continúa realizándose durante todo el desarrollo por dos razones: por la evolución continua de las personalidades y por las necesidades adaptativas que conlleva cada fase vital y los acontecimientos de la vida. En un nivel de abstracción superior, podemos pensar en la pareja como una estructura inestable. Como veremos más adelante los sistemas vivos complejos (como es la pareja) se caracterizan por un equilibrio inestable, sometido a la interacción de fuerzas internas y externas.

5.3.3. La angustia existencial (Kierkegaard)

Dentro del psicoanálisis, la noción de «falta básica» tiene sus antecedentes en varios psicoanalistas húngaros. Entre ellos, Otto Rank (1884-1939) había postulado la hipótesis del «trauma del nacimiento», según la cual la enorme conmoción que representa queda registrada en el psiquismo y tiene un papel fundamental en las vivencias posteriores. No obstante, la idea de la «falta básica» tiene un origen aún anterior en la obra del filósofo danés Soren Kierkegaard (1813-1855), que suscitó un gran interés en el núcleo psicoanalítico húngaro al que pertenecían Ferenczi, Balint y Rank. Nos detendremos brevemente en Kierkegaard, no solo por el interés de sus ideas, sino porque su propia biografía ilustra algunos aspectos de la pareja que comentamos.

En su obra más influyente, *El concepto de angustia* (1844), Kierkegaard criticaba la idea de Hegel de que la evolución social, así como la personal, se produce por la dialéctica entre una tendencia (tesis) y su contraria (antítesis) para dar lugar finalmente a una síntesis y un estado de equilibrio. Para Kierkegaard, los estados de equilibrio son solo pasajeros, cuando no puramente ilusorios, y la vida y las formas de organización social están dominadas por la angustia consustancial a la existencia misma. Otra idea de Kierkegaard que influyó en el psicoanálisis fue que la subjetividad contiene la verdad,

mientras que la objetividad es una ilusión, una idea que fue retomada más tarde por Husserl que, como hemos visto, llevó hasta la noción de intersubjetividad.

En varias de sus obras, Kierkegaard criticó intensamente la iglesia danesa, lo que le valió la repulsa y el silenciamiento de su obra, que continuaría escribiendo bajo varios pseudónimos. Y hasta muchas décadas más tarde, a principios del siglo ^{xx}, no fue traducida a otras lenguas, ejerciendo una gran influencia. Además del psicoanálisis, influyó en el naciente existencialismo, basado justamente en la idea de que la angustia es sustancial a la condición humana. Influyó también en la literatura de Kafka y de un amplio abanico de pensadores, desde el epistemólogo anarquista Paul Feyerabend (1924-1994), hasta los teólogos cristianos. Como veremos, su biografía parece explicar los elementos esenciales de su pensamiento.

Kierkegaard escribió un detallado diario en el que explicó que su padre, un hombre extremadamente religioso y atormentado por la noción de pecado, antes de morir en 1838, le pidió que se hiciera pastor. Inicialmente, Kierkegaard asumió este deseo paterno. Sin embargo, parece que se inició así un período tormentoso. Dos años después, en 1840, posiblemente bajo la influencia de la promesa, rompió su compromiso de nupcias con Regine Olsen, con quien mantenía un intenso enamoramiento mutuo. La explicación que Kierkegaard se dio fue que su propio carácter melancólico lo hacía inválido para el matrimonio y solo conseguiría hacer infeliz a su mujer. Por otra parte, por los conflictos que ya había comenzado a tener con la iglesia danesa y el consecuente rechazo social, también explica en su diario que se sentía desilusionado con la idea del matrimonio.

Tras estos acontecimientos elaboró sus obras más significativas sobre la angustia, contra la iglesia danesa y la reivindicación de la subjetividad. Significativamente, su obra más influyente, *O lo uno... o lo otro*,⁵⁴ es del año 1841, prácticamente escrita mientras debía debatirse en el dilema de cumplir la promesa o bien seguir los sentimientos y casarse con Regine. En esta obra expone la tensión existencial entre las elecciones hedonistas (hacia el placer y la satisfacción) y las dictadas por el sentido del deber moral y la responsabilidad. Parece pues evidente que en su obra Kierkegaard elaboraba sus dilemas íntimos entre los deseos amorosos y el mantenimiento de la promesa hecha a su padre. Igualmente, explica su conflicto con la iglesia, de la cual entraría a formar parte si cumplía la promesa. Su conflicto íntimo explica también que rechazara la idea de Hegel del equilibrio mediante la síntesis entre dos tendencias contradictorias. Ciertamente, Kierkegaard no podía conciliar el sentido del deber (la promesa a su padre) con su deseo (el amor por Regine) y, de hecho, no hizo ni lo uno ni lo otro, como dice el título de su obra de este periodo. Finalmente, su dilema interno explica también su legado fundamental: la duda sobre el sentido de la existencia y la idea de que esta está abocada a experimentar angustia, cuestiones ambas centrales en el existencialismo así como en el psicoanálisis. Es bastante evidente que las ideas de Kierkegaard tienen una relación muy directa con el concepto psicoanalítico de conflicto entre el mundo instintivo (el Ello, el deseo, el placer y la satisfacción) y la conciencia

moral y las normas (el Superyó). Igualmente, su reivindicación de la subjetividad es un claro antecedente filosófico del pensamiento psicoanalítico relacional.

5.4. La sexualidad y el amor maduro

Uno de los puntos más polémicos del desarrollo de la pareja es el mantenimiento del interés y la actividad sexual regular. Como hemos visto, el enamoramiento libera impulsos latentes o reprimidos y con ellos la pasión sexual. Posteriormente, evoluciona hacia el amor maduro, que no se caracteriza por la pasión sino por el apego y por la relación más completa entre el conjunto de las personalidades. La cuestión que se plantea es si el amor maduro conlleva necesariamente la disminución de la actividad sexual y el porqué.

Entre las fuentes según las cuales en la pareja estable disminuye la actividad sexual, la opinión popular suele explicarla por el establecimiento de la rutina (o falta de emoción y novedad) o por las cargas de la vida cotidiana. Otra fuente es el testimonio de las parejas que consultan. Aunque no consulten por este motivo, sí lo suelen mencionar como un hecho que desvitaliza la relación de pareja. Finalmente, también la teoría clásica psicoanalítica de los instintos conduce a esta opinión, ya que como hemos visto, postula la oposición esencial entre el impulso amoroso y el agresivo, que conlleva al mismo tiempo la oposición entre, por una parte, el apego y la relación con el otro y, por otra, la afirmación del Yo y la diferenciación con respecto al otro. Siguiendo esta lógica, a medida que el amor madura e integra el conjunto de la personalidad, el impulso afirmativo del Yo hace disminuir el impulso contrario, el de apego.



Figura 10. Póster *Los besos no duran pero la cocina sí.*

Estas ideas habían sido ya expuestas por Arthur Schopenhauer (1788-1860), que a pesar de vivir en plena época romántica e idealista, desarrolló una filosofía pesimista. Anticipándose a Darwin y a Freud en la adopción de un punto de vista evolucionista, expresó la idea de que «el amor no es más que un instrumento de la naturaleza para reproducir las especies. Una vez el trabajo está hecho, el amor que sentíamos nos abandona y no podemos hacer nada». Sin embargo, hay voces que creen que sí podemos hacer algo, entre ellas las de algunos (no todos) psicoanalistas relacionales. Según los que rechazaron la oposición entre los instintos, entre los que se halla Bowlby, la sexualidad emerge del apego (y no a la inversa). Así, a mayor apego, mayor confianza, seguridad e intimidad, lo que favorece la actividad sexual. Subyacente a esta polémica hay dos cuestiones. La primera es cuál es el concepto de sexualidad que adoptamos: restrictivo, limitado a la genitalidad; o bien amplio, abarcando las diferentes formas de satisfacción, como propuso Freud y comparten todos los psicoanalistas. La segunda

cuestión es cuál es la relación entre la sexualidad y el conjunto de la relación con el compañero, cuestión en la que hay diferencias importantes entre el modelo intrapsíquico y el relacional.

5.4.1. La teoría psicosexual de Freud

En su concepción de la sexualidad, Freud (1905) hizo una distinción fundamental entre la genitalidad y otras formas de sexualidad, entendiendo esta en un sentido amplio, como un mecanismo de regulación interna con la función de evitar la tensión interna y preservar el equilibrio y el bienestar. Obviamente, esta regulación es primordial desde el inicio de la vida, por lo que habló de la sexualidad infantil, desarrollando la llamada y muy criticada visión «pansexual» del psiquismo.⁵⁵ Su idea fue que hay dos fases (oral y anal) que preceden a la sexualidad genital, en las que se elimina la tensión y se obtiene la satisfacción y el equilibrio según modos diferenciados.

Para explicarlo brevemente, la fase oral es la del bebé, que elimina el malestar (fundamentalmente el apetito) y obtiene satisfacción mediante la succión de alimento. La segunda fase se caracteriza por la satisfacción en el control de los esfínteres, por lo que la llamó «anal». En estas dos fases la satisfacción no se limita a los órganos corporales y actos concretos (la boca que succiona o el esfínter que excreta a voluntad) sino que se extiende al psiquismo y, particularmente, a la relación con el otro. Así, en la fase oral, la relación es dependiente y pasiva (aunque el morder posterior es activo y agresivo). En la fase anal, la relación es afirmativa y agresiva, comportando el célebre «No» de los niños, mediante el cual afirman su identidad y voluntad propias, y también el control sobre el otro, control que tiene la función defensiva de evitar perderlo.

La fase genital es más compleja. Se configura psíquicamente alrededor de los 4 años, pero, por motivos de maduración biológica, se mantiene latente y no se desarrolla plenamente hasta la adolescencia. Dado que todo el desarrollo es impulsado por el instinto, esta última fase es genital y responde a la misión de reproducir la especie. En la vertiente psicológica, conlleva la afirmación de la identidad a la vez que la capacidad de establecer una relación plena con el otro y de lograr metas como obtener recursos (alimento) y cuidar del otro. Para Freud, la fase genital es la última y más avanzada del desarrollo psicosexual y, según su expresión, «reúne bajo su supremacía» los otros modos de satisfacción. Esta expresión significa que no se extinguen a medida que avanza el desarrollo, sino que continúan proporcionando placer y formas de relacionarse, pero lo hacen «gobernados» y al servicio de la genitalidad. Así, la oralidad sigue siendo fuente de placer gastronómico entre otros y la analidad subyace al dominio corporal generalizado y también al dominio del mundo físico y el gusto por el orden y la limpieza.

La aplicación de esta idea a la sexualidad de la pareja explica la variedad de actos que se realizan durante la relación sexual. Igualmente, su componente psíquico explica las fantasías y algunos aspectos de la relación de pareja. Así, la relación tiene aspectos de dependencia, pasividad y fusión característicos de la fase oral así como aspectos de

control y diferenciación respecto al otro característicos de la fase anal. El modelo psicosexual de Freud ha dado pie a amplios desarrollos, entre los que, en el capítulo dedicado a la psicopatología de la pareja, explicaremos el de Jürg Willi (1975) y el de Font y Perez Testor (1994), que, en mi entorno, retoma algunas de estas ideas básicas.

Quisiera remarcar que este modelo de Freud está fuertemente fundamentado en la biología y el individuo. Según su visión, los instintos impulsan a los individuos hacia la reproducción de la especie y esta es la razón por la que establece relación con el otro. Como veremos, la perspectiva relacional lo concibe exactamente a la inversa.

5.4.2. La concepción relacional de la sexualidad

Dentro de la perspectiva relacional coexisten valoraciones muy diferentes del papel de los instintos en el funcionamiento psíquico. Como hemos visto, la teoría de Bowlby está fuertemente arraigada en la biología y concibe que el impulso primario es el apego, ya que lo esencial es que el bebé (de cualquier especie) esté protegido y reciba alimento. El apego determina el *imprinting* (o identificación de especie), que posteriormente se sexualiza por efecto de la maduración. Sin embargo, el sentimiento de seguridad sigue siendo primordial para entregarse a la sexualidad, tanto en la especie humana como en todas las demás.

La teoría del apego tiene, pues, una concepción amplia de la sexualidad, no limitada a la genitalidad, pero por razones muy diferentes a las de Freud. Para este, el impulso básico es la satisfacción sexual y es esta la que lleva a la búsqueda del objeto (el otro). Por el contrario, para Bowlby, el impulso básico es el establecimiento de una relación protectora y segura con el otro y, secundariamente, este aporta satisfacción, tal como mostraban los experimentos de Harlow (1962) con primates y otros posteriores (véase Marrone, 2001). Así, la sexualidad se inscribe en el contexto de la relación y, más particularmente, de los sentimientos de seguridad emocional y la posibilidad de entregarse a la confianza y la intimidad con el otro. En síntesis, la relación entre sexualidad y afecto se concibe a la inversa: no es la satisfacción sexual la que crea apego, sino que el apego se sexualiza.

La segunda cuestión es la relación entre la sexualidad y el conjunto de las personalidades de los miembros de la pareja. Esta pregunta ya ha quedado en parte contestada, pero hay que añadir algo más. En la perspectiva relacional, la sexualidad no es solo una tensión que necesita ser descargada o un deseo que busca ser satisfecho, considerando la tensión o el deseo como un fenómeno individual e interno (o intrapsíquico). Por el contrario, es algo que surge en la relación entre ambos y es indisoluble en todos sus aspectos (forma, intensidad, etc.) de la influencia mutua. Esta precisión es esencial, ya que explica muchos de los fenómenos que se observan en las parejas: la diferente forma que toma la sexualidad con diferentes compañeros, las fluctuaciones que experimenta según el estado de la relación, etc.

Finalmente, la cuestión principal de la sexualidad de la pareja es su desarrollo a largo plazo. El coloquio *What happens when Love last?* (¿Qué sucede cuando el amor dura?)

de IARPP (2003) refleja los argumentos al respecto. El debate parte de la crítica de Mitchell (2002) al tópico de que la habituación o familiaridad es la causa de la disminución del deseo sexual en la pareja.⁵⁶

Comenzando por el análisis del mantenimiento de la pasión del enamoramiento, Mitchell argumenta que esta no puede ser mantenida porque el deseo es un estado de excitación y alerta vinculado a la novedad, la sorpresa y el riesgo que conlleva lo nuevo o desconocido. Así, cree que la excitación y el deseo sexual son defensas contra la vulnerabilidad que implica el enamoramiento.⁵⁷ La merma sexual no es causada, pues, por la habituación en el sentido de la rutina y el aburrimiento, sino porque no disminuye la sensación de peligro y, con ella disminuyen también las reacciones fisiológicas asociadas. Por ello, a medida que crece el apego, la confianza y la seguridad, disminuye la excitación y el deseo.⁵⁸

Mitchell añade otro argumento más, insistiendo en la importancia de la vulnerabilidad. El apego también conlleva vulnerabilidad porque el sujeto está más expuesto a la voluntad del otro u otros sucesos que quedan fuera de su control. Así, la inhibición de la sexualidad sirve para defenderse de la excesiva dependencia o fusión con el otro y preservar la individualidad. Como vemos, aunque opone el deseo sexual al apego, Mitchell coincide nuevamente con Freud al considerar que existe una oposición entre el impulso amoroso y el de preservación del Yo. La razón es que el origen del apego es, justamente, esta preservación, mientras el deseo sexual implica que el Yo se «esfuma».

Por otra parte, Mitchell añade que la intensidad de la pasión y el deseo conlleva una tensión que no puede ser mantenida y tiende a aminorar por sí misma. La razón es pues que la economía psíquica regula inconscientemente la implicación emocional.

En este coloquio, Virginia Goldner refuta esta oposición entre el deseo sexual y el apego. Goldner argumenta que, en las relaciones a largo plazo, el apego conlleva mayor confianza, seguridad y conocimiento. Así, la relación adquiere mayor profundidad y el deseo sexual mayor estabilidad. El argumento básico de Goldner es que el amor conlleva un vínculo esencial con el sí mismo (*self*), por lo que el encuentro con el otro representa un encuentro profundo consigo mismo (o alteridad del *self*). Es un argumento intersubjetivo radical, frontalmente opuesto a la idea de Freud: la relación sexual no implica que el Yo se esfume, al contrario, implica su reencuentro más profundo. El deseo se desarrolla, pues, preferentemente hacia lo que nos pertenece o reconocemos como nuestro, razón por la cual, la novedad no es un elemento esencial, «aunque también ayuda», añade Goldner humorísticamente. En este mismo tono reconoce que es más excitante la mesa de un restaurante que la cama matrimonial, pero siempre con el mismo compañero, puntualiza.

Ante la oposición de las opiniones de Mitchell y Goldner, Donnel Stern observa que esta última mantiene intacta la versión romántica del amor típica de la perspectiva de género y sin embargo, tres de cada cuatro parejas que consultan sufren problemáticas sexuales. Stern opina pues que la visión de Goldner idealiza y se basa excesivamente en el apego, es demasiado «amigable» y «bienpensante». Aunque toma una forma

revolucionaria posmoderna, ya que es crítica con el romanticismo, no explica la disminución del deseo sexual que manifiestan las parejas y motiva tantos conflictos.

En esta polémica observamos que, mientras Mitchell se mantiene arraigado en la biología, Goldner la obvia y considera solo el nivel subjetivo de la sexualidad. Quisiera introducir aquí la perspectiva que elaboraron Malcom Slavin y Daniel Kriegman (1992) en una obra que puede caracterizarse como «psicoanálisis relacional evolucionista», en la que articulan el nivel biológico y el subjetivo. En su presentación, Slavin y Kiergman remarcaban que los autores que han estudiado cada uno de estos niveles han negado la importancia del otro. Según ellos, no se puede negar ni ignorar la importancia del sustrato biológico y de los impulsos instintivos, ya que el psiquismo actual es el resultado de una larga selección natural de los funcionamientos más favorables a la supervivencia.

Por otra parte, consideran que la subjetividad, aparentemente desligada del sustrato biológico y muy vinculada a las relaciones personales, no es sino un modo más desarrollado y eficiente de otorgar sentido a las señales del entorno y cumplir las finalidades adaptativas. Por lo tanto, para Slavin y Kiergman, estas vertientes no son excluyentes. Según ellos, el conflicto entre el apego y la sexualidad es «esencial» e inevitable. Mientras la primera comporta seguridad y reposo, la segunda comporta vulnerabilidad y vitalidad. Se explica pues que, en su relación continuada, las parejas sufran fluctuaciones del deseo sexual y que estas generen conflictos en el área de la subjetividad.

Slavin (2006) ilustra clínicamente esta tensión en el análisis del caso de Tanya. Esta paciente convivía con un hombre del que decía que «era el único ser humano en el que sentía que podía confiar y con el que tenía una sexualidad gratificante». No obstante, en sus viajes por motivos profesionales, sentía un impulso al flirteo que acababa a menudo en relaciones sexuales. Según su relato, en estos viajes realizaba presentaciones en público en las que tenía que mostrarse activa y optimista, incluso eufórica. Estos flirteos le ayudaban a conseguir este estado de ánimo hasta el punto que sentía que sin ellos no podía vivir. La culpabilidad que sentía por esta doble vida empeoró y se convirtió en un agudo dilema cuando su compañero de convivencia le planteó que se casaran. Comprendió que si no accedía, su relación se estancaría y posiblemente se rompería. No lo quería perder como persona ni tampoco renunciar al sentimiento de seguridad y comprensión que encontraba en él, pero sentía que el matrimonio y una posible futura maternidad, la obligaban moralmente a renunciar definitivamente a los flirteos.

Todos los casos son siempre más complejos y en este el conflicto de Tanya tenía sus raíces en la problemática edípica. Sus padres se habían divorciado siendo ella niña. La madre era un modelo de conformismo que ella rechazaba, pero que se sentía en la obligación de reproducir si accedía a casarse. Por otra parte, el divorcio le había privado de la relación con su padre, y especialmente de su reconocimiento, lo que ella relacionaba estrechamente con el tipo de relación protectora que tenía con su compañero.

La elaboración del caso muestra la disociación de la figura paterna en dos representaciones. Una de ellas es cercana y comprensiva y corresponde a su compañero

de convivencia. La otra es vitalizadora y pasional y corresponde a sus flirteos. La primera cumplía la función segurizante del apego, mientras la otra cumplía la función vitalizadora de la sexualidad. Aquí Slavin concluye, en coincidencia con Mitchell y Stern, que la tensión esencial entre el apego y la sexualidad implica que la cotidianidad o la familiaridad comporten fluctuaciones, incluso muy importantes, del deseo (véase una mayor elaboración de este caso en Llovet, 2012a).

A pesar de esta conclusión sobre la tensión esencial entre apego y sexualidad, quisiera acabar este apartado remarcando la importancia del entendimiento intersubjetivo en la pareja, ya que a menudo se abusa de los principios generales en detrimento de lo que sucede en cada caso particular. Como reflejaba en el coloquio de IARPP, la sexualidad implica vulnerabilidad, razón por la cual la confianza, la seguridad y el conocimiento mutuo señalados por Goldner toman gran importancia.

5.5. La natalidad y la parentalidad

La parentalidad es el suceso que altera más profundamente el equilibrio de la pareja y más transforma a sus miembros. Lo más trascendente es que conlleva la formación de la nueva entidad «familia», con efectos de amplio alcance, tanto sobre la pareja como sobre los individuos. El hecho de que la familia sea la unidad básica de organización social, conlleva una redefinición de las relaciones de la pareja con su entorno. Este se convierte en un actor dentro de la pareja, esperando que la pareja parental cumpla sus funciones sociales de transmisión de valores y normas culturales.

Por otra parte, en el ámbito individual, la parentalidad comporta los nuevos roles de madre y padre, y por tanto, nuevos sentimientos de sí mismo. Representa, pues, una expansión y el desarrollo de nuevos aspectos de las personalidades y la emergencia de las representaciones internas de estos roles que tiene cada individuo. Estas representaciones no se refieren solamente al rol que desempeña cada uno, sino también al que ejerce el otro. Se forma así la nueva trama compleja de identificaciones consigo mismo y con el otro. La parentalidad afecta prácticamente todos los fenómenos vistos: las membranas diádicas, la complicidad y el pacto narcisista, las fantasías y las relaciones del *self* (modos de Mitchell).

Perez Testor (2006: 31-60) ha recopilado y analizado varios estudios sobre la influencia de la parentalidad en la relación de pareja. Para poder compararlos en un marco de referencia único, ha desarrollado el concepto de «calidad de la relación de pareja» (CRP).⁵⁹ Una de las cuestiones básicas que analiza este estudio es si los hijos unen o separan a la pareja, una cuestión que debaten tanto la comunidad científica y los profesionales de la asistencia como las madres y los padres. Las conclusiones sorprenden a los autores, ya que no se cumple la que parece ser la idea popular predominante de que la parentalidad una a la pareja. Veámoslo con mayor detalle.

Las hipótesis iniciales del estudio eran que la calidad de la relación de pareja (CRP) después de la parentalidad dependería de la misma CRP anterior a la parentalidad. No obstante, los resultados indican que no depende tanto de este factor como del buen

desarrollo de la propia parentalidad. La explicación a la que llegan los investigadores es que los sentimientos específicos de parentalidad (sentirse «buena madre» o «buen padre») tienen una gran influencia sobre la relación de pareja. También señalan que este es un factor intersubjetivo, ya que no depende únicamente del propio criterio, sino de la atribución que proviene del otro. Uno de los hechos que facilita que estas atribuciones concuerden con las que la propia madre o el propio padre sienten internamente es que existan acuerdos implícitos sobre la crianza y la educación, lo que ahorrará muchas negociaciones y conflictos.

Los diversos estudios reflejados indican que un factor muy influyente es la facilidad o dificultad de cada crianza en particular. Cada hijo conlleva un nivel específico de dificultad de crianza desde el inicio y produce pues determinados sentimientos de buen ejercicio parental. Así, se produce un efecto incremental (o relación directa): «cuando mejor, mejor y cuando peor, peor». La parentalidad es, pues, una fuente abundante de «reacciones circulares». Las dificultades de crianza crean conflictos de pareja que conllevan menor disponibilidad emocional y, a su vez, mayores dificultades de crianza.

El estudio también refleja el efecto contrario: en algunos casos la parentalidad mejora la relación. En estos casos, una baja calidad de relación de pareja (CRP) induce a una mayor implicación en la crianza y un mejor ejercicio de la parentalidad. La explicación es que cuando la CRP es insatisfactoria, los padres buscan refugio o satisfacción en la parentalidad, con el efecto de que la relación mejora. No obstante, los autores alertan también contra uno de los mitos frecuentes en las parejas en crisis: la creencia de que la parentalidad resuelve las crisis. Como observa Perez Testor (2006: 55), esta creencia hace que la crisis provocada por el primer nacimiento sea mejor «soportada» y se ponga la esperanza de la mejora en un segundo nacimiento, en el que suele acentuarse la crisis y se produce la ruptura.

Otra conclusión sorprendente es que una gran calidad de relación de pareja parece absorber a los padres y les hace descuidar las satisfacciones de la crianza y la parentalidad. Es un fenómeno sin duda patológico, en el que acostumbramos a encontrar un pacto narcisista muy rígido y absorbente como el ya comentado en la pareja del filme *Un Dios salvaje* (Llovet, 2010b). Esta pareja descuida la educación de su hijo con el resultado de que este tiene conductas impulsivas. Aunque la madre, en la confrontación con la otra madre del filme, toma conciencia de su propia negligencia, el pacto narcisista con su marido impide profundizar en esta reflexión autocrítica.

En resumen, el estudio de Perez Testor concluye que, en general, predomina la relación directa entre la calidad de la relación de pareja y la satisfacción en el ejercicio de la parentalidad. En los demás casos se observa una relación inversa, en la que las dificultades en la parentalidad crean conflictos. En otros, también en relación inversa, la parentalidad parece compensar los déficits de la relación de pareja.

5.5.1. De las díadas a la triangulación

La transformación esencial que representa la parentalidad es el paso de una relación entre dos a una relación entre tres. Este tercero es en primer lugar el hijo, pero no solo él, como veremos. Retomando el concepto de membrana extradiádica que delimita el espacio de intimidad de la pareja, esta queda modificada por dos influencias. La primera son las necesidades y reclamos del bebé, aunque, como hemos visto, esta influencia es muy variable según cada bebé. La segunda influencia son las costumbres de crianza procedentes del entorno familiar y cultural, que impactan sobre la pareja porque implican prácticas concretas de parentalidad y valoraciones morales sobre las mismas.

El cambio fundamental dentro de la pareja es que, a partir de su formación, el otro se había convertido el objeto emocional más significativo, mientras ahora este lugar privilegiado es ocupado por el recién nacido, especialmente para la madre. Aunque se hace más evidente a partir del nacimiento, este cambio se inicia durante el embarazo con los característicos estados de ensoñación o *rêverie* estudiados por Bion (1962) entre otros. En estos estados, considerados «el embarazo psicológico», la futura madre se entrega a fantasías que son el inicio del vínculo materno y resultan fundamentales para el desarrollo psíquico del bebé. Aunque su intensidad y conciencia son muy variables de una madre a otra y también de una cultura a otra, la ensoñación tiene un componente biológico que lo hace universal. Brevemente, dentro de la diada de la pareja, se forma la diada primaria formada por la madre y el bebé.

La evolución de la parentalidad comportará la inclusión del padre en la relación entre la madre y el bebé, creándose una situación triangular. En la tradición psicoanalítica, esta situación fue observada por Freud, que la conceptualizó como el «complejo de Edipo», un concepto central del psicoanálisis, que ha sido cuestionado por los autores relacionales. Una de las críticas con mayor eco es la de Kohut (1979), para quien Edipo es víctima de la locura paterna. Considerando la necesidad primaria de protección, encuentra completamente erróneo atribuirle los sentimientos hostiles hacia el padre que vio Freud. Por otra parte, también encuentra falso que el padre tenga los sentimientos que Freud atribuye al padre de Edipo. Uno de los argumentos de Kohut es el instinto protector hacia la descendencia, un argumento de una gran potencia. Aunque Bowlby no hizo una crítica expresa del complejo de Edipo, está claro que de la teoría del apego se extraen las mismas conclusiones que extrajo Kohut.

Podemos, sin embargo, retroceder y observar los otros mitos que Freud examinó. Uno de ellos es el mito griego sobre el mismo origen del mundo: la castración y destronamiento de Urano por su hijo Cronos. Después de esto, Cronos devoró a sus hijos a medida que salían del vientre de su madre, Rea, para evitar ser destronado como había hecho él con su padre. Sin embargo, en la misma Grecia clásica, este mito tuvo una réplica similar a la de Kohut respecto el mito de Edipo. Según este mito alternativo, Cronos fue un padre benevolente y derribó al Titán Ofi, que tenía esclavizado al mundo, y gobernó justamente.

Frente la interpretación negativa del mito de Edipo, Kohut reivindicó el mito de Telémaco y su padre Ulises, rey de Ítaca. Para no tener que ir a la guerra de Troya, Ulises simuló locura labrando la playa y sembrándola de sal. No obstante, cuando

pusieron a su hijo Telémaco en la trayectoria del arado, Ulises trazó con él un semicírculo para evitar hacerle daño. Con esta maniobra, delató que estaba simulando y tuvo que ir a la guerra. Es, pues, un padre protector, que arriesga su vida por su hijo, ya que, delatándose, tendrá que ir a la guerra. Como es sabido, al volver de la guerra, Ulises se extravía y no vuelve hasta 20 años después. Todo este tiempo Telémaco vive dramáticamente la ausencia del padre y protege a su madre, Penélope, del acoso de sus pretendientes. En su interpretación, Kohut reivindica, pues, una trama emocional parental y filial opuesta a la que Freud extrajo del mito de Edipo. Así, tenemos dos versiones sobre lo que sucede en la triangulación. La versión de Freud se refiere claramente a desarrollos patológicos que no podemos generalizar o suponer que sean universales o predominantes sobre otros modos de funcionamiento. Sin duda, las relaciones entre tres (triangulación) comportan siempre asimetría en la que son inevitables las rivalidades, las exclusiones y demás fenómenos reflejados en el mito de Edipo. No obstante, la cuestión es que la conservación de la especie requiere que el instinto protector predomine sobre los demás, de lo contrario, simplemente no hay descendencia. Además, hay razones psicológicas específicas de la pareja: el pacto narcisista tiene la función primordial de preservar la preeminencia de la protección del otro. En este sentido, pues, hay un límite claro entre lo normal y lo que es patológico. Profundizaremos en este aspecto después de analizar la vertiente externa de la triangulación.

5.5.2. Del grupo primario al grupo operativo: la labor educativa y socializadora

Como decía al principio de este apartado, el «tercero» que irrumpe en el equilibrio de la pareja es el hijo, pero no solamente. Con él, irrumpe también la norma cultural en sentido amplio.

En primer lugar, el nacimiento «convoca» la presencia, más o menos intensa, de las redes relacionales de la pareja: las familias de origen y otras relaciones. Este fenómeno queda reflejado en el análisis de Bettelheim (1976) del cuento infantil de «La bella durmiente». Como recordaremos, una pareja real convoca a las hadas del reino para celebrar el nacimiento de su hija y cada una hace donación de una virtud a la princesa recién nacida. Entre ellas irrumpe también el hada maléfica, que no había sido invitada y que, dolida, se venga lanzando una maldición sobre la recién nacida.

El nacimiento promueve, pues, todo tipo de proyecciones, tanto positivas como negativas. Como muestra Bettelheim, los cuentos que conocemos son a menudo versiones de mitos que encontramos en prácticamente todas las culturas. En «La bella durmiente» se refleja el temor hacia el recién nacido, algo que encontramos, por ejemplo, en la «matanza de los inocentes» ordenada por Herodes al sospechar el nacimiento del mesías que debía destronarlo como rey de los judíos. La red relacional que rodea a la pareja progenitora realiza pues identificaciones diversas en todos los sentidos: con la pareja parental como reflejo de sus propias parejas o de sus propios roles

de «madre» y «padre» (proyectados), con el recién nacido como reflejo de su propia descendencia, etc.

En segundo lugar, la parentalidad impone a la pareja las tareas de la crianza y la socialización de acuerdo con los cánones propios de la cultura. En un trabajo clásico Meltzer y Harris (1989), miembros de Tavistock, reflejaron que la pareja pasa de ser un «grupo primario» a ser un «grupo operativo». Esta es una distinción básica de la psicología de grupos que distingue a los que están unidos por motivos emocionales de los que lo están para cumplir unos objetivos determinados. La diferencia básica es que los grupos primarios se forman y mantienen por el afecto entre sus miembros y la gratificación aportada por la relación misma. Por el contrario, los grupos operativos se forman y mantienen para lograr metas determinadas y cuando son alcanzadas, el grupo se disuelve o bien pasa a ser un grupo primario si se han creado lazos emocionales. Esta diferencia implica muchas otras: el tipo de liderazgo, las reglas de funcionamiento, la estructura de las relaciones y la comunicación, etc. Estas nociones nos permiten comprender los cambios radicales que conlleva el cumplimiento de la parentalidad en la pareja y también el llamado «síndrome del nido vacío», cuando el objetivo se ha cumplido (al menos en su parte más sustancial, ya que la preocupación por los hijos persiste siempre más).

Antes de la parentalidad, la pareja también tenía cierto componente de grupo operativo, ya que debía hacerse cargo de la vida cotidiana de sus miembros. Sin embargo, podía regirse ampliamente por sus propias normas, que podían ser muy diferentes a las dominantes en su cultura. Por el contrario, la crianza y socialización impone normas, gran parte de las cuales son externas y no pueden ser libremente establecidas por la pareja. Algunas son imperativos vitales, como la alimentación, los horarios, la higiene, y otros son imperativos sociales, como la escolarización y la educación general o socialización. La parentalidad vuelve pues a la pareja menos autocrática y le confiere plenamente su carácter de unidad básica de organización social.

Por otra parte, la parentalidad hace emerger identificaciones profundas con los roles de «madre» y «padre». Estas identificaciones no se limitan a cada miembro de la pareja consigo mismo, sino que se extiende al otro. Así, en la mente de la madre emerge su noción de «hacer de padre» vinculada a la experiencia que vivió como hija, y viceversa. Reencontramos, pues, la célebre expresión de Freud: «la pareja es cosa de seis». Tanto si cada progenitor reproduce el modelo recibido como si quiere ejercerlo de otra manera, estos modelos irrumpen en la pareja actual y requieren ser negociados entre ambos. Se explica pues que Perez Testor encuentre en las investigaciones que la satisfacción en la tarea parental tiene una enorme influencia en la calidad de la relación de pareja.

5.5.3. Los escenarios narcisistas de la parentalidad

Por lo que acabamos de ver, la parentalidad influye también el núcleo mismo de la pareja: el pacto narcisista. Por las mismas razones que por el paso de grupo primario a grupo operativo, esta influencia conlleva cambios sustanciales. Recordemos que el pacto

narcisista había comenzado con la complicidad y se había ido extendiendo. En todo caso, el pacto se había establecido mediante una selección de determinados aspectos de los individuos que eran manifiestamente compatibles. El hecho de que ahora emerjan identificaciones profundas y cruzadas (de las parejas progenitoras respectivas hacia la pareja actual), añade una multitud de nuevas variables que afectan el narcisismo y la autoestima.

Este nuevo entramado de proyecciones narcisistas, llamado por Palacio Espada (1992) «los escenarios narcisistas de la parentalidad», se expresa con manifestaciones tales como «tiene mis ojos y mi cara», «tiene las manos como las tuyas», «tiene el pelo como mi padre», etc., o más complejas, en las que aparecen otras personas emocionalmente significativas: «a pesar de esta semejanza con tu padre, cada vez es más él mismo en tal o cual», etc. Una vez, en una consulta infantil, presencié una de estas proyecciones que me hizo gracia. Una pareja se explaya largamente describiendo aspectos negativos del hijo, hasta que uno de ellos, mirando al otro con expresión preocupada, exclamó: «Realmente, ha salido a tu familia», ante el asombro del otro. Huelga decir que momentáneamente se creó una situación muy embarazosa hasta que ambos se pusieron a reír y yo me añadí con mucho gusto y alivio. Esta anécdota muestra que, como explica Palacio Espada (1988), mediante las proyecciones, los padres se deshacen de aspectos negativos o no reconocidos de sí mismos. En otros casos es a la inversa y «se apropian» de aspectos positivos. En todo caso, estas manifestaciones connotan valoraciones o desvalorizaciones respecto a sí mismo, respecto al otro o con respecto a las familias de origen. Inciden, pues, en el pacto narcisista, reforzándolo o bien señalando áreas en conflicto, que habitualmente están latentes.

Brevemente, las identificaciones narcisistas con los hijos pueden tener tanto el sentido de reclamar valoraciones de uno mismo como el de señalar desvalorizaciones del otro. El componente narcisista de la parentalidad es otra de las razones que explican su gran influencia sobre la calidad de la relación de pareja.

5.5.4. La construcción intersubjetiva de la parentalidad

Las modificaciones de la parentalidad afectan también la intersubjetividad en toda su amplitud. En primer lugar, incide sobre la noción de sí mismo de cada individuo: cómo se siente como «madre» y como «padre». Como hemos ido viendo, esta noción se construye por interacción de varias fuerzas. Una de ellas es, obviamente, la experiencia directa de la relación entre el progenitor y el hijo o la hija. No solo la facilidad que representa el temperamento del hijo, sino la identificación con él, el reconocimiento, consciente o inconsciente, de reacciones o facetas propias, la sintonía con los estados de ánimo u otras manifestaciones, la empatía o facilidad de comprensión, son todos elementos que determinan cómo se siente cada progenitor en su rol parental.

El otro elemento que determina la noción de sí mismo es la atribución que proviene del otro miembro de la pareja. Inicialmente podíamos suponer que hay una continuidad entre estas atribuciones y las anteriores, cuando la pareja era «solo» una díada. Sin embargo,

resulta sorprendente la gran diferencia que puede producirse entre las nociones de «madre» y de «compañera». Muchos de los casos que hemos comentado presentan estas discordancias. Uno de ellos es Tanya, el caso de Slavin (2006). La paciente tenía una noción de «madre» profundamente vinculada a aspectos negativos de su propia madre. Mientras esta *imago* maternal estuvo latente, Tanya había mantenido su doble vida sin excesivo conflicto. Cuando esta *imago* se activó por la propuesta de matrimonio, Tanya se imaginó llevando una vida conformista, como la visión que tenía de su madre, que la desvitalizó completamente.

Conocí un caso similar en el que la atribución del otro contribuyó a la elaboración de un modelo nuevo de «madre» compatible con el que se deseaba. Teresa era una paciente que explicó que había tenido temores similares a los de Tanya. De hecho, los seguía teniendo y se sentía «defectuosa» como madre, sobre todo, no suficientemente empática con las necesidades del bebé. Sin embargo, sentía que su compañero consideraba que lo que hacía estaba bien y era lo «normal». Ella se sentía, pues, ansiosa y no podía compartir su inquietud ya que el compañero no la tenía. Teresa tenía un ideal maternal muy exigente, muy próximo al «ajuste perfecto». Cuando pudimos trabajar este ideal materno (alimentado por una crítica inconsciente hacia su propia madre), Teresa pudo aceptar la atribución de su compañero y sentirse una «buena madre». Se dio cuenta también de que había comenzado a sentirse mal con él porque su falta de preocupación por la crianza la hacía sentirse «neurótica», como decía. Por otra parte, este caso muestra el efecto terapéutico de la relación de pareja. Si la atribución del compañero hubiera sido neurótica también, ambos habrían evolucionado patológicamente y la intervención terapéutica habría sido mucho más larga y compleja. Una vez resuelto el conflicto interno de Teresa, la pareja pudo desarrollar su función terapéutica natural respecto la parentalidad.

Este caso ejemplifica también la observación de Nicoló (1995) de que la construcción intersubjetiva de la parentalidad posibilita reparar conflictos previos individuales en esta área. Este es un efecto que he observado en pacientes de familias desestructuradas, que habían recibido cuidados parentales deficientes o altamente negligentes y, sin embargo, han desarrollado satisfactoriamente su propia parentalidad. En todos estos casos de evolución positiva he encontrado dos constantes. Una ha sido la existencia de una figura protectora durante la infancia (habitualmente, otro familiar) que ha compensado las carencias de los padres y ha cumplido una función parental benéfica, proporcionando sentimientos íntimos de seguridad y autoestima. Estos sentimientos permiten una buena organización de la personalidad y un buen desarrollo del Yo (las habilidades, el pensamiento, la capacidad relacional, etc.) sobre las que posteriormente se puede apoyar la reparación de las *imago*s parentales. La segunda constante de estos casos es la buena calidad de la relación actual de pareja (CRP), que produce un sentimiento inicial de satisfacción de sí mismo como cónyuge y permite asumir el reto mayor de tener un sentimiento también satisfactorio de «madre» o «padre», ya que se convierte en un «zócalo» o soporte (según expresión de Berenstein y Puget, 1990).

La observación de los efectos reparatorios en estos casos me llevó a pensar en los efectos terapéuticos de las relaciones de pareja más en general, un tema suficientemente trascendente para dedicarle el siguiente apartado.

5.6. El efecto terapéutico de la relación de pareja

Para finalizar este capítulo sobre el desarrollo de la pareja, quisiera dedicar dos reflexiones a un tema que a menudo se discute en las supervisiones y conferencias, pero no he visto tratado en la literatura científica: el valor terapéutico de la relación de pareja. Como decía en el apartado anterior, en las supervisiones de casos de familias problemáticas vinculadas a los servicios sociales, se observa que la pareja puede reparar déficits de la infancia y permitir que la etapa adulta se desarrolle con una normalidad muy superior a la que podíamos esperar. La explicación reside en los fenómenos que he ido describiendo y que ahora recopilare.

La primera noción a tener en cuenta es la del efecto de repetición descubierto por Freud y ampliamente asumido por la comunidad psicoanalítica. Sin embargo, aunque en la práctica terapéutica es importante analizar los elementos que conducen a la repetición, también lo es analizar los que pueden posibilitar que la experiencia actual siga un camino diferente. En este sentido, las aportaciones de los autores relacionales conducen a una concepción muy distinta y señalan que el factor clave no es tanto lo que emerge desde el interior del psiquismo (intrapésico y desde el pasado), como lo que se elabora en el contexto relacional de la experiencia actual, es decir la respuesta del otro.

La otra razón fundamental del efecto terapéutico de la pareja es que se ha formado sobre complicidades, sintonías y reconocimientos iniciales, es decir, todo el conjunto que llamamos «pacto narcisista», que forma una «base segura», estimula la expansión y por lo tanto, es terapéutico. Por el contrario los casos en los que la pareja ha dejado de ser terapéutica o incluso se ha convertido en foco de patología, encontramos invariablemente que ha dejado de cumplir las necesidades básicas de relación, seguridad y reconocimiento que veremos con mayor detalle en los capítulos dedicados a la psicopatología y la psicoterapia.

⁴⁶. Winnicott pertenecía al llamado *middle group* de la Sociedad Británica de Psicoanálisis. Los otros dos grupos estaban encabezados por Melanie Klein y Ana Freud.

⁴⁷. Es interesante tener en cuenta que esta aportación forma parte de una revisión o actualización mucho más amplia de la concepción psicoanalítica de la mujer y la feminidad. Lo característico de esta visión es no reducir a la mujer a la función materna, sino concebir esta como una parte que requiere conciliación con el conjunto.

⁴⁸. Esta idea sería más adelante desarrollada por Henri Bergson (1859-1941), que tuvo una gran influencia en la literatura que refleja los mundos interiores (Marcel Proust), la Epistemología (Jean Piaget) y pensadores vinculados al Psicoanálisis (Giles Deleuze).

⁴⁹. Este modo tiene ciertas similitudes con el «registro de lo real» de Lacan.

⁵⁰. Freud (1923) señaló el componente resistencial del Yo, ya que su función es reprimir los impulsos primarios para la adaptación a la realidad. El Yo impone la sumisión del principio de placer al principio de realidad.

⁵¹. Digo que «suele» porque también hay parejas que se forman en base a otros sentimientos (la pasión, el compañerismo, la coincidencia de intereses u otros).

⁵². Michael Balint (1896-1970) es uno de los miembros del llamado *middle group* de la Sociedad Británica de Psicoanálisis y es considerado un precursor de la perspectiva relacional.

Pertenecía al núcleo psicoanalítico húngaro, donde fue alumno de Ferenczi, y se trasladó a Londres en 1945. Fue uno de los miembros del *Family Discussion Bureau* (también conocido como *Tavistock Centre for Couple Relationships*), creado en 1948.

Lo he mencionado anteriormente por su concepto de «microtraumatismos» y también es conocido por los llamados «grupos Balint», dirigidos a los médicos con el fin de desarrollar el conocimiento de los fenómenos psicodinámicos que intervienen en su relación con los pacientes. También fue uno de los precursores de la terapia focal junto con Winnicott y Fairbairn.

[53](#). La aplicación de este modelo a los casos clínicos llevó a Balint a concebir que algunas patologías no son causadas por conflictos intrapsíquicos (como había formulado Freud), sino por carencias reales sufridas en la infancia o en la actualidad. Esta concepción implica un enfoque radicalmente diferente de los tratamientos.

[54](#). La versión francesa lleva por título *O bien... o bien*; y la inglesa, *Either / Or*, todos ellos de traducción problemática.

[55](#). En su *Proyecto* (1895), Freud estableció una analogía entre el funcionamiento neuronal y el psíquico. Al recibir un estímulo, las neuronas se cargan eléctricamente y descargan la tensión, volviendo al estado de reposo. Freud aplicó este principio tanto a la sexualidad adulta (mediante la descarga genital) como a la infantil dado que se producen erecciones.

[56](#). Esta idea tiene un fundamento en el tabú del incesto. Así, la inhibición de la sexualidad en la convivencia proviene de la necesidad de evitar los riesgos de la consanguinidad y por la necesidad social de evitar el incesto. No obstante, en este coloquio de IARPP no se mencionan estos argumentos biológicos y sociales.

[57](#). Con otros argumentos, la vulnerabilidad implicada en el amor también ha sido explicada por Aulagnier y Nicoló.

[58](#). Al mismo tiempo, Mitchell mantenía una distancia crítica con esta idea, ya que reconocía en ella la vieja hipótesis de Freud fundada en principios de la física de su tiempo, según la cual la suma total de las cargas emocionales es siempre cero. Así, la carga emocional dedicada al apego se resta de la disponible para la sexualidad y viceversa. Sin embargo, Mitchell mantenía la hipótesis de una relación inversa entre apego y deseo.

[59](#). CRP es el acrónimo de «calidad de la relación de pareja».



SEGUNDA PARTE

Los condicionantes de la pareja y el psiquismo

> 6. LA PAREJA EN LA CULTURA

Este capítulo dedicado a las relaciones entre la cultura y la pareja y el siguiente dedicado a la biología forman la visión holística de la pareja que propongo. Hasta ahora hemos visto lo que sucede en el interior de la pareja y ahora veremos los condicionantes de su contexto.

Sorprende que haya muchos estudios sobre la familia, el matrimonio como institución, la sexualidad, el amor u otros relacionados con la pareja, pero no de esta o del apareamiento como tal. Debo decir que la obra de los sociólogos y filósofos que conocí en los estudios de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Pompeu Fabra (UPF) han sido fundamentales para construir esta visión. En primer lugar veremos brevemente los hechos centrales del apareamiento y su regulación cultural: el amor, la sexualidad, la procreación y el poder. En segundo lugar, su evolución a lo largo de la historia. Finalmente, incorporaré conceptos para el análisis de las relaciones de pareja en los tiempos actuales.

Comenzaré explicando los supuestos básicos de los que parto. El primero es la continuidad entre «naturaleza» y «cultura», aunque hay un punto de articulación y tensión entre ambas que es el control de los instintos, es decir, del componente «natural» o biológico. Como veremos, algunas culturas han reconocido esta continuidad, su propio origen en la naturaleza y la vertiente biológica de la humanidad, mientras otras lo han negado, en ocasiones, muy violentamente. En los estudios de los sociólogos y filósofos, me ha sorprendido encontrar invariablemente el reconocimiento de la vertiente biológica, como también la reconoció Freud. No obstante, algunos autores psicoanalíticos, incluidos algunos relacionales, parecen concebir el psiquismo como un fenómeno casi exclusivamente psicológico o social. Aunque no niegan la base «biológica», postulan que no es relevante tenerla en cuenta, ya que queda subsumida en el nivel psicológico.

Freud trata esta continuidad en tres obras. En *Tótem y Tabú* (1914), hace una narración que considera «*just a story*» o ficticia, que seguramente no corresponde fielmente a los hechos históricos, pero sin embargo refleja su sentido. Freud parte de la idea de que la vida en la naturaleza está regida por la fuerza y por lo tanto los grupos humanos estaban sometidos al macho dominante o caudillo, que reservaba para sí mismo el apareamiento con las hembras y dominaba el acceso a los recursos (la comida, cuando la había), cosa que hoy sabemos que efectivamente es así. Freud explica que, por tanto, el caudillo era el padre de todos los miembros de la horda primitiva hasta que los hijos se rebelaron, lo

mataron y establecieron un pacto o alianza por la que ninguno de ellos poseería el poder absoluto. Según Freud, este es el paso del estado natural al estado cultural y el pacto queda simbolizado por el tótem (que a su vez simboliza y es un homenaje al padre muerto) y se establecen los tabúes (o leyes prohibitivas) que limitan los impulsos instintivos peligrosos para la convivencia, mayormente los sexuales y los agresivos.

Freud mantiene esta explicación en *Psicología de masas y análisis del Yo* (1921), en la que expone que la masa (grupo grande) produce un efecto hipnótico y sugestivo similar al enamoramiento por la pérdida de racionalidad y el incremento de la emocionalidad. En este estado, dice Freud, los grupos humanos vuelven a comportarse como las hordas primitivas. Por último, en *El malestar en la cultura* (1930) concluye que la cultura requiere inevitablemente la represión de los instintos, por lo que la felicidad humana no puede ser sino momentánea, poniendo como ejemplo la «culminación amorosa». La visión de Freud es, pues, fuertemente darwiniana, y concibe la cultura como una continuidad y una forma evolucionada de la naturaleza. No obstante, cree que hay una oposición esencial entre ambos estados y que la limitación de los instintos condena la felicidad humana en la cultura.

Otra de las asunciones básicas es que las formas que toma el emparejamiento dependen del contexto cultural o, dicho de otro modo, son las vías de canalización de los instintos que estipula el contexto cultural. Encontramos esta idea en las primeras obras de Freud, en las que considera que la regulación del apareamiento fue uno de los motivos principales de la creación y la evolución de la cultura, idea que encontramos en la sociología actual. Uno de los sociólogos que más me han impresionado es Göran Therborn, quien, en sus clases en la UPF en 1999, nos convirtió en observadores de la elaboración final de su gran obra *Entre el sexo y el poder. La Familia en el mundo 1900-2000* (2004). Esta parte de una concepción sociobiológica (o de continuidad entre las vertientes biológica y social) y asume las ideas psicoanalíticas fundamentales. Aunque el estudio se refiere a la familia, expone muchos conceptos y observaciones sobre la pareja. Therborn defiende la hipótesis de que las formas familiares responden a las necesidades adaptativas de cada cultura a su entorno natural, ya que estos imponen condicionantes específicos en la obtención de recursos y la reproducción y la sexualidad. Se opone así a la hipótesis alternativa de tipo idealista, según la cual la institución social de la familia tiene una regulación de carácter universal independiente de los entornos.

En su estudio diferencia entre lo que todas las culturas regulan (y es por tanto universal), que es el ejercicio de la sexualidad y el reconocimiento de las relaciones de parentesco (que implican la transmisión del poder o patrimonio) y las formas concretas que toma esta regulación, que varían según las condiciones de cada entorno. Así Therborn identifica cinco grandes áreas del planeta (África subsahariana, Occidente, Asia Oriental, Asia del Sur y Asia Occidental-África del Norte) con rasgos esenciales comunes y pequeñas variaciones locales relacionadas con los entornos naturales inmediatos. A modo de ejemplo, menciona que el grupo étnico de los Akan, formado por 20 millones de personas viviendo en Ghana, regula 24 formas de emparejamiento heterosexual, cada una con ritos, estatus social y relaciones familiares específicas.

Coincidiendo con Freud, Therborn muestra que uno de los hechos esenciales de la cultura es la regulación o canalización de los impulsos instintivos.

A partir de estas dos asunciones básicas, veremos las formas de apareamiento a lo largo de la historia (mayormente en Occidente), en relación a sus contextos culturales. Lo que nos interesa identificar es cuál es la relación que se ha establecido entre el apareamiento y la sexualidad, los sentimientos amorosos y la procreación. Continuaré con una visión de los tiempos actuales, la Modernidad, en la que incorporaré las concepciones de algunos sociólogos y filósofos sobre los importantes cambios culturales que están sucediendo. Quiero mencionar especialmente otro de los autores, cuya obra conocí también en la UPF: Charles Taylor. Algunos de sus conceptos (reconocimiento, autenticidad y otros relacionados con la identidad) coinciden con los de algunos psicoanalistas relacionales actuales (Mitchell, Stolorow, Benjamin, Velasco), lo que me ha facilitado articular los conceptos del psicoanálisis con los de la filosofía y la sociología.

6.1. El apareamiento y su regulación: amor, sexualidad, procreación y poder

Therborn (2004: 132) cita un pasaje del sociólogo finlandés Westermarck (1862-1939) (citado a menudo por Freud en *Tótem y Tabú*) según el cual un viejo relato chino sobre los orígenes del matrimonio dice:

Al principio, los hombres no se distinguían en nada de los otros animales en su forma de vida. Mientras merodeaban arriba y abajo por los bosques, y tenían sus mujeres en común, sucedía que los niños no sabían nunca cuáles eran sus padres sino solo sus madres. Fue así que la relación sexual indiscriminada fue abolida y el matrimonio fue instituido por el emperador Fou-hi.

A pesar de las reservas que debemos tener con los relatos antiguos (a menudo «just a story», como decía Freud), el pasaje identifica la institución del matrimonio como uno de los hechos significativos de la evolución del estado natural al cultural. El cambio esencial es la regulación del apareamiento sexual y, por tanto, el conocimiento y reconocimiento de los vínculos de filiación y parentesco.

Por otra parte, Westermarck señalaba que la medida de evitar la promiscuidad podía responder a dos objetivos más. Lo más inmediato es que la promiscuidad conlleva rivalidades y conflictiva general dentro del grupo mientras que el matrimonio, como asignación sexual fija, las disminuye. El otro objetivo podía ser evitar los riesgos genéticos de la endogamia, regulación que encontramos en muchas especies animales, en las que, de forma espontánea, los individuos no se aparean con otros con los que han convivido durante la infancia (que pueden ser por tanto hermanos o primos), sino con individuos de otros grupos. Aquí tenemos un ejemplo de continuidad (y no de oposición) entre naturaleza y cultura. Como es bien conocido, esta prevención de los defectos genéticos fundamenta el tabú del incesto, que Freud elevó a la categoría de universal por su función fundamental en la estructuración del psiquismo y la organización social. Otro

de los efectos de la institución matrimonial es crear vínculos estables que organizan el grupo en subgrupos o familias y vínculos de alianza con otros grupos.

En continuidad con estas hipótesis, Therborn comprueba en las observaciones que la institución familiar y del matrimonio tienen las dos grandes funciones de regular la sexualidad (que implica la procreación) y la integración/división social (que implica relaciones de poder y acceso a los recursos). Estas dos funciones fundamentales explican que la regulación del apareamiento sea universal y también que tome formas diferentes según cada entorno natural. Como ejemplo, menciona las 24 formas de unión entre los Akan de Ghana y la antigua ley hindú que distingue 8 formas de adquirir (sic) una mujer, cada una con funciones y finalidades diferenciadas (procreación, sexualidad, cuidado del hogar, etc.). Es remarcable que las formas de unión son valoradas según su virtud, y las que están motivadas por el enamoramiento estén en sexto lugar, es decir, entre las menos virtuosas, una valoración que sin duda, sorprende a la mentalidad occidental actual.

El otro objetivo de regulación según Therborn, la integración/división social, es bastante más complejo y presenta mayor variedad, hecho lógico ya que la regulación depende de cada estructura social. Lévi Strauss (1949/1969), en su estudio fundamental *Las estructuras elementales del parentesco*, explica que el tabú del incesto y otras regulaciones obligaban a la exogamia, lo que conllevaba establecer alianzas entre familias, clanes o tribus. Dado que estos matrimonios se establecían entre miembros de estatus similares, condujo a una profunda división entre las redes sociales y la formación de clases y de aristocracias que sobrepasaban las fronteras de las tribus y las naciones, lo que es muy patente en Europa especialmente a partir del siglo xv. La institución matrimonial se convirtió así en un mecanismo de estratificación social muy eficaz. En este sentido, Therborn señala que hay una «aún no escrita» historia politicoeconómica del matrimonio, ya que este tiene una gran incidencia sobre la estratificación social y el acceso al poder.

En algunos casos históricamente memorables, como en el antiguo Egipto, el objetivo de preservación patrimonial determinó que los faraones incumplieran el tabú del incesto y se casaran con sus hermanas. En contrapartida, con alguna excepción,⁶⁰ este incesto era meramente nominal, y cada cónyuge mantenía relaciones sexuales y de procreación con otros. El matrimonio cumplía pues exclusivamente una función patrimonial y la sexualidad quedaba excluida. Este es un ejemplo de que la regulación del apareamiento ha sido el resultado de la interacción entre las condiciones sociales (procreación y transmisión patrimonial) y las necesidades individuales (sexuales y de apego).

Posiblemente estos mismos polos (social/individual) han determinado que inicialmente solo regularan el apareamiento (por matrimonio) las capas sociales superiores, las que tenían bienes patrimoniales a transmitir a su descendencia (incluido el poder sobre la comunidad). El pueblo bajo, se emparejaba mayormente en cohabitación (sin reconocimiento jurídico), y reconocía muy laxamente las relaciones de filiación. Así, el matrimonio se convirtió en un indicador de la pertenencia a los grupos sociales superiores y señal de dignidad y prestigio. Este valor *per se* y las funciones sociales del

matrimonio explican que excluyera los sentimientos y la sexualidad, ya que las ponían en peligro.

Veamos brevemente las características esenciales de la regulación matrimonial en cada área cultural, según Therborn. En el área islámica, el matrimonio regula fundamentalmente la sexualidad, el reconocimiento de las filiaciones y la pacificación de las rivalidades. En África Subsahariana tiene varios sentidos. Uno de ellos es el religioso: rendir homenaje a los dioses y a los ancestros perpetuando la saga. El otro es productivo y resulta crucial para un sistema económico basado en la agricultura, ya que con el matrimonio el cónyuge se integra en la tribu, lo que incrementa su fuerza de trabajo. De manera similar, en la tradición de Confucio basada en el *Libro de los ritos*, la finalidad del matrimonio es la continuidad de la línea de los ancestros y por tanto la procreación. La sexualidad adquiere así un sentido trascendente. La vertiente de placer no queda especificada, lo que resulta coherente con la espiritualidad y el control absoluto sobre el cuerpo preconizada por Confucio. La cultura hinduista también concibe el matrimonio como una obligación religiosa, como un sacramento que todos deben cumplir bajo riesgo de castigos eternos. Tanto es así que una mujer que muere no casada, también debe contraer matrimonio para merecer los honores de mujer casada y ser incinerada. Por su parte, los hombres que mueren no casados, se convierten en fantasmas. El budismo, por el contrario, concibe el matrimonio como un asunto enteramente de este mundo, y por tanto no se pronuncia sobre él. Como veremos, el protestantismo cristiano coincide en este punto.

Nos extenderemos un poco más sobre el área cultural cristiana y su historia, ya que nos permitirá entender mejor la trascendencia de sus cambios actuales. En este área, el significado del matrimonio y su regulación han sido objeto de polémicas milenarias y de conflictos, a veces muy cruentos y con un papel crucial en el conjunto de la evolución cultural. El mismo origen etimológico del término matrimonio es dudoso. El latín *munio* es un verbo que significa «hacer una construcción o protección», con el posible significado de «hacer una casa». Por lo tanto, el matrimonio sería «hacer una casa para la madre» (*matri*). Esta acepción del latín *munio* comporta, pues, un sentido de proteger la función materna: la procreación. También explica que en algunas lenguas como el catalán y el castellano el «casarse» parezca significar «hacer casa». Otro origen etimológico propuesto es *munus-eris*, un sustantivo que significa «profesión o empleo». Matrimonio toma así el significado de «hacer de madre», colocando el foco en la mujer y la función procreadora, aunque también puede dirigirse al hombre, que necesita la sustitución de la madre. Así, la función de protección de la maternidad y la procreación, con el posible añadido de ocuparse del cuidado de los otros, parecen ser los significados y los objetivos originales de la regulación del apareamiento mediante el matrimonio, dejando fuera la sexualidad y el amor.

6.2. Breve visión histórica de la pareja

La primera noticia del matrimonio en Occidente se halla en la *Iliada* (siglo VIII aC). Según este relato mítico, la guerra de Troya fue causada por el rapto de la griega Helena por el príncipe troyano Paris.

De una belleza extraordinaria, desde pequeña Helena se encontró envuelta en las tramas políticas del matrimonio. Era hija de un encuentro furtivo del mismo Zeus con Leda, esposa de Tíndaro, rey de Esparta (que fue, pues, su padre adoptivo). Desde niña fue pretendida por una legión de reyes y príncipes e incluso fue ocasionalmente secuestrada. No obstante, Tíndaro evitaba elegir a su marido, ya que temía que desencadenara conflictos entre las ciudades griegas, que en aquella época mantenían acuerdos de paz precarios que cualquier circunstancia podía romper. Finalmente tomó la decisión de casarla con Menelao, hombre ya mayor que quedaba fuera de las intrigas por su prestigio y desdicha, ya que era príncipe de Micenas pero había sido destronado y vivía exiliado en Esparta. Esta decisión fue sabia y la unión fue aceptada por todos los pretendientes, que juraron defender la pareja. Así, el matrimonio de Helena se convirtió en el sello de la alianza de las ciudades-estado griegas.

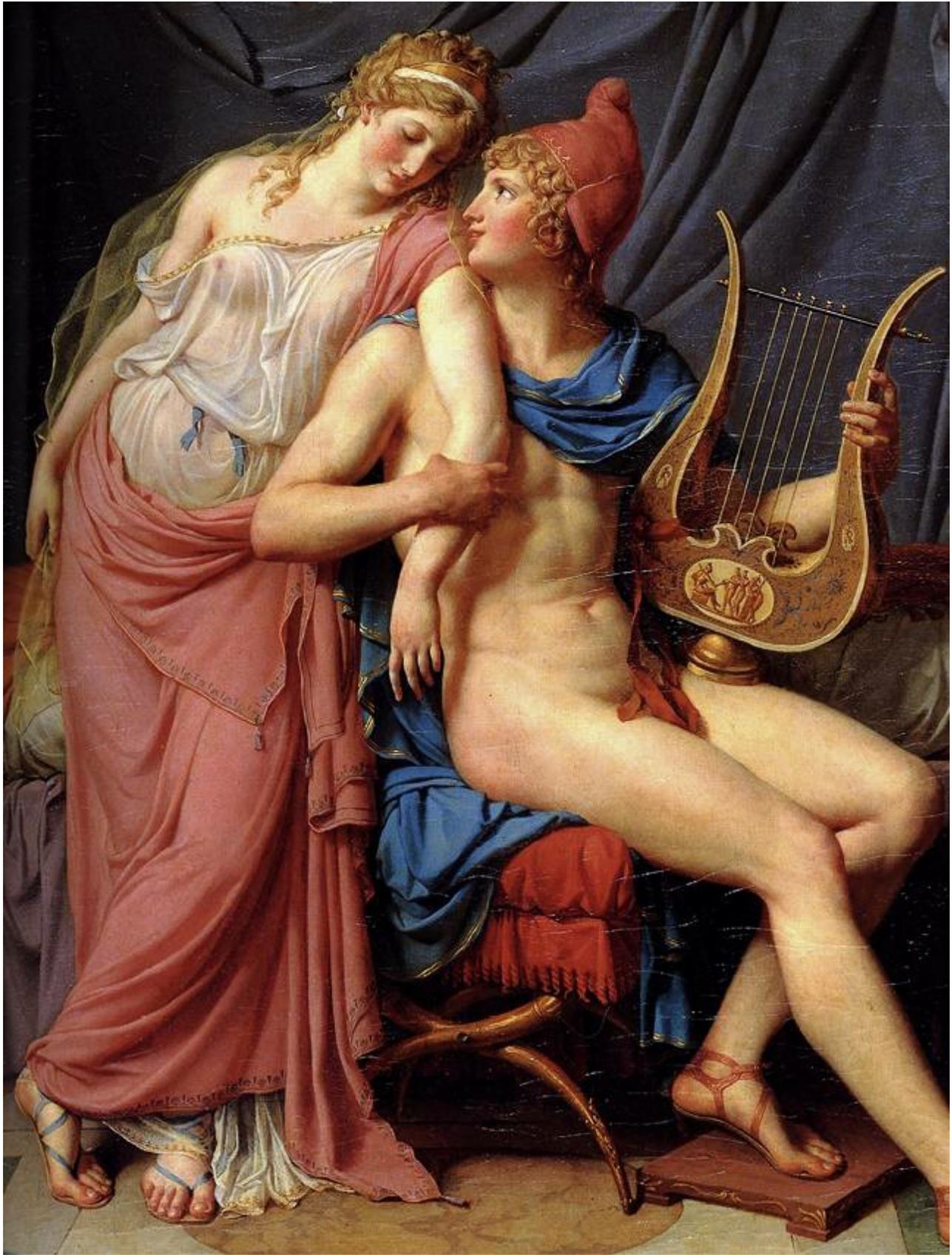


Figura 11. *Helena de Troya*, de Jacques-Louis David.

En una visita de Menelao a la corte troyana, el príncipe troyano Paris se enamoró de su esposa, Helena, y la secuestró.⁶¹ Dado el pacto de protección de aquel matrimonio, todos los reyes y príncipes griegos se unieron para rescatar a Helena, con el resultado final de la destrucción de Troya. La leyenda de Helena contiene, pues, una advertencia sobre las funestas consecuencias de dejarse llevar por la pasión amorosa y la alteración de los pactos matrimoniales.

Aún en la antigua Grecia, en *El banquete de Platón* (380 aC) encontramos la primera «teoría del amor» en Occidente, que parece hacerse eco de las enseñanzas de la *Iliada*. El banquete contiene uno de los ideales amorosos que perviven en la cultura occidental: el «amor platónico», caracterizado por su absoluta virtuosidad y bondad, que en la filosofía de Platón significa la ausencia de pasiones, intereses terrenales u otros. Como observa Taylor (1989: 209), todas las teorías éticas griegas son «intelectualistas» en el sentido de equiparar razón, virtud y orden y proscribir las pasiones, considerando que conducen a razonamientos equivocados y alteran el buen orden.⁶² Esta desvinculación o incluso oposición entre el amor y la pasión, queda recogida en el aforismo atribuido a Demóstenes (Foucault, 1976: 132): «Las cortesanas son para el placer, las concubinas para el cuidado cotidiano y las esposas para tener una descendencia legítima y una fiel guardiana del hogar». La cuestión crucial es que el matrimonio es vinculado a la reproducción y al cuidado personal y patrimonial y, en cambio, es desvinculado del amor y la sexualidad.

Una segunda referencia clásica del apareamiento es *Ars Amandi* de Ovidio, que vivió en Roma entre el año 43 aC y el año 18 dC. Fue, pues, contemporáneo de Jesús de Nazaret. El título de la obra desconcierta al lector contemporáneo, ya que no trata de lo que actualmente llamamos «amor», sino, por el contrario, del erotismo y la seducción. No trata del matrimonio ni del amor duradero, sino de las formas de lograr el interés y los favores sexuales de las mujeres, en un tono didáctico y a menudo humorístico. La obra escandalizó a la aristocracia romana, ya que evidenciaba que el amor y la sexualidad eran dos asuntos independientes uno del otro. Evidenciaba la hipocresía sexual de la sociedad romana, y el emperador Augusto, que era su protector, decretó su exilio a la ribera del Mar Negro, en los confines del Imperio. En este sentido, la cultura romana asumía la idea platónica de que la virtud requiere dominar las pasiones.

En Roma, el matrimonio tenía un sentido político-social, razón por la que se toleraba o incluso se consideraba conveniente que no tuviera relación ni con la emoción amorosa ni con la sexualidad, que podían interferir o desperdiciarlo. En su *Historia de la sexualidad* (1978), Foucault explica que en Roma solo las clases altas establecían uniones duraderas con fines de transmisión patrimonial o de alianzas políticas.⁶³ La función estratificadora del matrimonio en Roma se refleja en el hecho de que, hasta el año 525, estuviera prohibido por ley el matrimonio entre diferentes clases sociales. De ahí en adelante, en varios episodios a lo largo de la historia, se suceden las aprobaciones y derogaciones de leyes como esta.

La poligamia se convirtió en una fuente de conflictos morales y patrimoniales, por lo que se fue creando una sensibilidad favorable a prescribir la monogamia. Esta tendencia recibió un notable impulso en el conjunto de la sociedad romana cuando el Emperador Constantino adoptó el cristianismo (que también proponía la monogamia) como religión personal y puso fin a su persecución (Edicto de Milán del año 313).⁶⁴ Esta observación refuerza la tesis de Therborn en el sentido de que las regulaciones familiares y matrimoniales no son independientes del contexto cultural, sino que lo reflejan. Como observa Foucault, la restricción social de la sexualidad que implicaba la monogamia no fue consecuencia de la asunción del cristianismo, sino al contrario: la opinión social favorable a la monogamia fue un elemento que contribuyó a su extensión. Más allá de la protección de la maternidad, el reconocimiento de la filiación y la transmisión patrimonial, el matrimonio se convirtió en un signo de prestigio y dignidad y se extendió a todas las capas sociales.

Por otra parte, la extensión del cristianismo y la regulación canónica del matrimonio le dio un sentido moral y virtuoso que no tenía la simple cohabitación. El poder que adquirió la Iglesia a lo largo de la Edad Media, obligaba moralmente a la población al matrimonio, pero también la defendía de los «malos usos» de los señores feudales. Como es sabido, estos tenían poder sobre muchos aspectos de la vida del pueblo, incluido el apareamiento, y exigían contrapartidas (derecho de pernada y otros) a cambio de permitirlo. El matrimonio canónico se convirtió pues una protección contra estos malos usos, que en Cataluña fueron prescritos por primera vez en 1068 por los *Usatges* de Barcelona.

Aún en la Baja Edad Media encontramos otra referencia clásica significativa en los relatos de la relación entre el rey Arturo, la reina Ginebra y el caballero Lancelot du Lac. Estos relatos forman parte del llamado Ciclo Artúrico, un conjunto en el que coexisten leyendas y hechos históricos. Transcurre durante la invasión de Gran Bretaña por los sajones (siglo v) para defenderse de la cual los caudillos locales establecieron alianzas y, naturalmente, matrimonios políticos. Siguiendo la versión del filme *El primer caballero* de Jerry Zucker (1995), Arturo y Ginebra son las cabezas de dos de los grupos y su matrimonio tiene una importante función política en la formación de alianzas entre los británicos. No obstante, Ginebra se enamora de Lancelot du Lac, caballero de Arturo, y ambos establecen una relación extramatrimonial. Según la versión del filme, el rey Arturo conoce esta relación, pero la tolera siempre que no sea hecha pública, lo que comprometería su honor y le obligaría a la ruptura del matrimonio y de la alianza, con unas consecuencias políticas imprevisibles. Además de su carácter político, es remarcable la vinculación del matrimonio al honor, que era el valor máximo de la cultura medieval.

SEAN CONNERY • RICHARD GERE
JULIA ORMOND



*Their greatest battle
would be for
her love.*

FIRST KNIGHT

CASTING BY
"THEY'VE GOT THIS FEELING" BRUCE
"THEY'VE GOT THIS FEELING" BRUCE

Figura 12. Cartel del film *First Knight*.

Ya a finales de la Alta Edad Media, la novela caballeresca *Tirante el Blanco* (Joanot Martorell, 1490) ofrece un curioso reflejo de las relaciones de apareamiento, esta vez en clave enteramente ficticia. El «Tirante» tiene un gran interés porque está escrita en un exagerado tono humorístico que llega a ridiculizar el mundo que describe. Es una mirada sumamente distanciada y crítica con los valores culturales caballerescos predominantes: el honor, la gloria y las intrigas políticas.⁶⁵ Tanto es así que Cervantes resaltó que sus personajes «comen, descansan y hacen testamento cuando mueren», es decir, a diferencia de los personajes idealizados de las novelas de caballerías, en el «Tirante», los personajes están humanizados y, con su exageración, muestran cuán grotescos son los ideales de la caballería. Por esta razón, cuando los amigos del Quijote queman los libros de caballerías que lo han hecho enloquecer, salvan el ejemplar del *Tirante* diciendo que es «el mejor libro del mundo». Por sus características literarias, el *Tirante* es considerada la primera novela moderna,⁶⁶ pero aquí nos interesa como exponente del paso de la cultura medieval a la humanista.

Tirante el Blanco es un caballero capitán del ejército de la Corona de Aragón enviado a socorrer al emperador cristiano de Constantinopla de los ataques de los turcos. Allí encuentra a tres mujeres que aspiran a su amor por razones bien distintas que recuerdan el aforismo de Demóstenes. El relato explica que «Hay tres formas de amor: el virtuoso, el provechoso y el vicioso» (Martorell, 1490: 237). Una de ellas es Carmesina, la hija del emperador, la unión con la cual significaría convertirse en su sucesor. Una segunda es la «Viuda reposada», que siente un gran deseo carnal por el joven Tirante, pero también, malévolamente, quiere impedir su matrimonio con Carmesina. La posesión de Tirante es para ella, sobre todo, una cuestión de rivalidad con Carmesina y de orgullo y honor. La tercera aspirante, Placerdemivida, es dama de Carmesina e intenta facilitar su relación y contrarrestar las malas artes de la Viuda reposada. Además de cuidar de Carmesina también se hace cargo del cuidado de Tirante en las múltiples adversidades que este sufre.

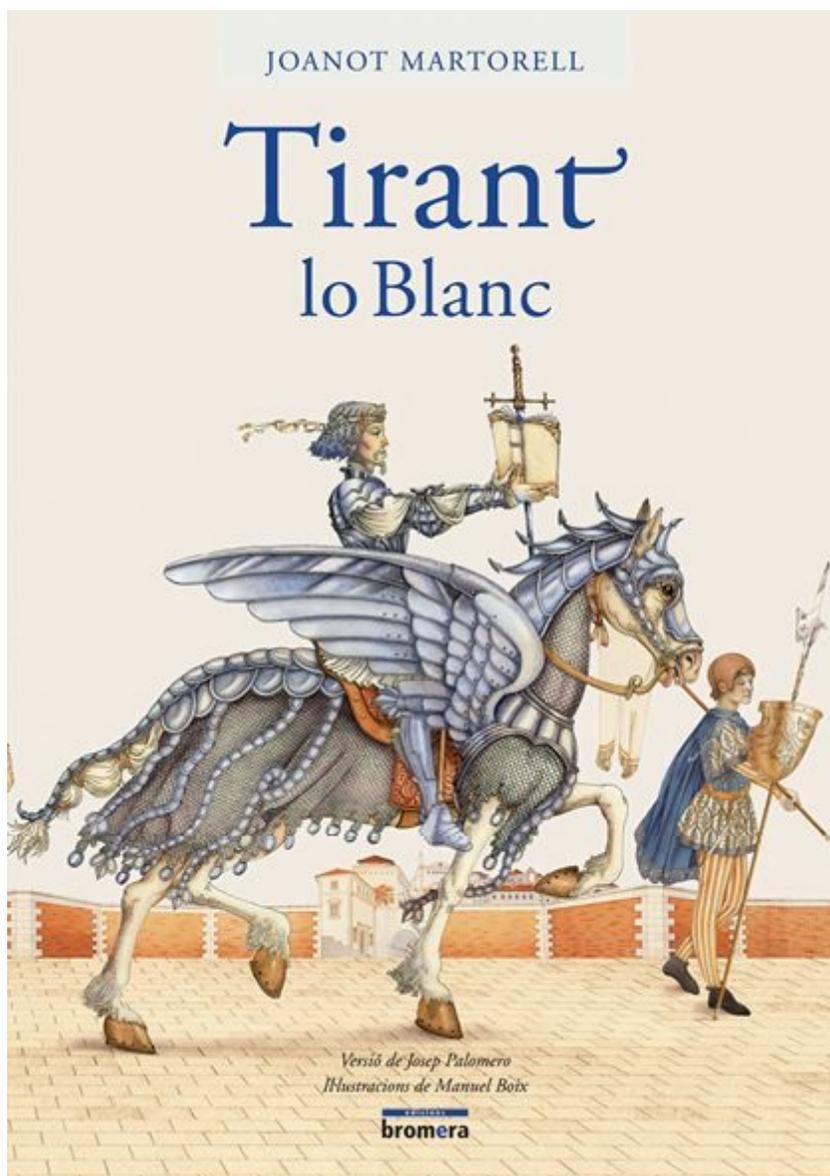


Figura 13. Tirante el blanco.

La visión del apareamiento del Tirante hace de esta novela un exponente de la crítica a los valores culturales medievales y una defensa de los valores humanistas, que aspira a unir matrimonio, amor y sexualidad.⁶⁷

La evolución cultural hacia el humanismo y la edad moderna a partir del siglo XVI produce varias obras que expresan la reivindicación de la voluntad individual y el ideal del amor romántico por oposición al matrimonio por conveniencia y la alianza entre familias. La obra más significativa es sin duda *Romeo y Julieta* de Shakespeare (1594), pero hay otras con mensaje idéntico en la misma época, entre ellas *Los amantes de Teruel*.⁶⁸



Figura 14. Romeo y Julieta, de Francesco Hayez.

Podemos ahora retomar la parte del estudio de Therborn dedicada al cristianismo y la división que se crea en la Iglesia católica, también en este momento histórico y cultural, con la Reforma iniciada por Martín Lutero en 1517 con la redacción de las 95 tesis. Una de las divergencias se refiere justamente a cuestiones relativas al matrimonio, que para Lutero no era un sacramento sino un «acto de este mundo». Siguiendo esta idea, la Reforma permitió el matrimonio de los religiosos mientras la ortodoxia católica mantuvo su celibato. También relacionado con el matrimonio, la Reforma permitió la anulación, en el año 1534, del matrimonio del rey inglés Enrique VIII con Catalina de Aragón, con quien no podía tener descendencia que diera continuidad a la dinastía. El hecho trascendente es que la Reforma desvincula el matrimonio de la virtud religiosa (no de la cultural) y lo reconoce como un acto entre individuos por su propia voluntad, sin requerir la aprobación de sus progenitores u otra autoridad. Esta disposición entroncaba con la actitud general del humanismo de la época, que reivindicaba los individuos frente a las restricciones religiosas y sociales.

Los dos siglos siguientes profundizaron en el «Humanismo Moderno». Las obras filosóficas de Descartes (1596-1650) y otros liberaron el pensamiento y la voluntad individual de los dogmas religiosos y sentaron las bases de la gran revolución cultural de la Ilustración. En cuanto al apareamiento, es relevante la obra de Kant (1724-1804) y su distinción entre la moral heterónoma y la moral autónoma (*Crítica de la razón práctica*, 1788). La primera se basa en la obediencia a un agente externo (de ahí el concepto de «heterónoma»). En cambio, la moral autónoma surge de la capacidad de razonamiento que todos los individuos poseen para distinguir el Bien del Mal. Esta idea fundamenta el «derecho natural» y hace innecesaria, incluso perniciosa, la imposición.

En un estudio de Ciencias Políticas (Llovet, 1999) mostré que estos tipos de moral corresponden a dos estadios evolutivos. En el estudio clásico *El razonamiento moral del niño*, Piaget (1923) analiza la evolución de las reglas de los juegos infantiles y halla que para los más pequeños, las normas son inmutables. Las toman como algo externo, como la moral heterónoma de Kant. En un análisis minucioso Piaget observó que, más adelante, los niños reflexionan sobre la función de las reglas y se sienten autorizados para acordar modificaciones. Esta es la moral autónoma, que ya no depende de una fuente externa ni de la obediencia sino que establece la lógica del juego con el fin de hacerlo posible.

Como dice Taylor (1989: 140), a partir de Kant, ya no era necesario fundamentar los valores morales en un ente externo (Dios) sino en el interior del hombre. La propia tumba de Kant tiene inscrita la frase de la *Crítica de la razón práctica* (1788) que resume esta idea:

Dos cosas llenan mi ánimo de una admiración y una veneración siempre renovadas y crecientes, cuanto más frecuente y continuadamente reflexiono sobre ellas: el cielo estrellado sobre mí y la ley moral dentro de mí.

Estas ideas proporcionaron unas nuevas bases del apareamiento, liberándolo de la coerción moral. Se iba más allá de Lutero: no solo se reconocía la legitimidad de los individuos para tomar sus decisiones (aunque quizás se equivocaran), sino que establecían que los principios morales no deben basarse en la sumisión ciega ni son inmutables, sino en el razonamiento.

La obra de Rousseau (1712-1778) es muy significativa de este periodo cultural. Es la primera que defiende la educación basada en el razonamiento y no en la autoridad, un antecedente de la llamada «pedagogía activa» derivada de Piaget. Rousseau defendió la bondad del desarrollo espontáneo del individuo, una idea subyacente en el psicoanálisis. Ironías del destino, durante mi estancia en Ginebra pasaba a menudo por delante de una gran superficie comercial donde una placa conmemorativa recordaba que allí había nacido Rousseau. Así, el espacio donde había estado la cuna de uno de los máximos exponentes del humanismo y el valor de la naturaleza, es hoy ocupado por un exponente del comercio y el consumo masivo.



Figura 15. *Los saltimbanquis*, de Picasso.

Entre sus obras, tienen relación con la pareja la comedia corta *Narciso o el amante de sí mismo* (1752), una versión lírica del mito clásico de Pígalión, donde Rousseau relata

el caso del hombre que modela a su pareja para mayor gloria propia. Escribió también una segunda parte del célebre *Emilio* (1762), *Emilio y Sofía o los solitarios* (1781, publicada póstumamente) donde describía la soledad en la pareja, un tema que desarrollará extensamente la literatura posterior y es uno de los tópicos de la modernidad actual.

Por otra parte, *El contrato social* (1762) es una obra fundamental en la cual Rousseau expuso la idea de que la organización social debe fundamentarse en el libre acuerdo entre los ciudadanos y no en su sumisión a la autoridad. Su publicación le valió la repulsa general. A los demás ilustrados tampoco les gustó su idealización de la naturaleza, que para ellos era sinónimo de ignorancia y de escasa cultura y refinamiento. Como decía Locke, «la vida en la naturaleza es húmeda, miserable y corta». Rousseau tuvo que exiliarse varias veces pero sus ideas influyeron enormemente sobre los grandes cambios que pronto acontecerían.

Las ideas de la Ilustración fundamentaron la Constitución de los Estados Unidos (1787) y la Revolución Francesa (1789) y las nuevas nociones de autoridad y la reivindicación individualista se plasmaron en realidades sociales, jurídicas. Se redactó la primera *Declaración de Derechos del Hombre y el Ciudadano* (1789), y poco después la *Declaración de Derechos de la Mujer y de la Ciudadana* (1791). En cuanto a la concepción del matrimonio, este se representó más nítidamente como un acuerdo entre individuos por encima las restricciones familiares, religiosas o sociales. La Revolución Francesa la liberó del dominio eclesiástico al instaurar (1792) el matrimonio civil, que hasta entonces solo existía en Inglaterra y otros países protestantes.

A pesar de la importancia del racionalismo en esta evolución, muy pronto se impuso el romanticismo, caracterizado por la idealización de los sentimientos y la exaltación emocional. Este rápido desplazamiento es muy evidente en la música, donde el gusto por la «buena forma», el refinamiento y el equilibrio característicos del barroco, da paso al gusto por el apasionamiento del romanticismo. Así, las últimas obras de Mozart (*Sinfonía núm. 25*, de 1773, en tonalidad menor, siempre introspectiva, el *Réquiem*, etc.) ya contienen las síncopas y los vertiginosos cambios de ritmo que Beethoven llevará a la máxima expresión. Igualmente, se exalta la naturaleza (*Sinfonía Pastoral*).

Esta tendencia subjetivista y emocional se observa también en la pintura de Goya (1746-1828), que se apartó del canon clasicista de representar la realidad con la mayor fidelidad posible, para representarla según la percepción emocional. Así refleja el sentimiento trágico de los fusilamientos durante la invasión napoleónica de España, la voluptuosidad sensual de las «majas», etc. El camino subjetivista iniciado por Goya, continuó a lo largo del siglo XIX con el impresionismo, y en el siglo XX con el expresionismo, tendencias que también se encuentran en las otras artes y en la filosofía.

En la cultura alemana, esta reacción contra el racionalismo se expresó en el movimiento *Sturm und Drang* (Tormenta e impulso). Dentro de esta nueva cultura, es representativa la obra de Goethe *Las tribulaciones del joven Werther* (1774), la primera que le dio notoriedad. Esta novela parece ser autobiográfica y explica el enamoramiento de Werther hacia Lotte, que está a punto de casarse con Albert, 11 años mayor que ella.

Movido por la nobleza de espíritu, Werther respeta a Albert y se aleja para no interferir con el compromiso matrimonial. Sin embargo, su amor por Lotte no remite y, finalmente, Werther decide suicidarse, en una trama final muy representativa del tormentoso mundo interior romántico. Esta trama esencial se reproduce en multitud de obras posteriores que reflejan el malestar de las sociedades racionalistas.

No obstante, según Taylor (1989: 257-274), la paradoja de que la Ilustración y el racionalismo condujeran al romanticismo es superficial. La clave no está en la oposición racionalismo/emocionalidad sino en la oposición sociedad/individuo. La reivindicación de la emocionalidad es una consecuencia de la emergencia del individuo y la subjetividad. Para Taylor (1989: 503-533), la semilla «naturalista» dejada por Rousseau conduce a sustituir el prototipo de héroe que se guía por la obediencia y la racionalidad por el del artista, que expresa su intenso mundo interior, fundamentalmente emocional.⁶⁹ En la filosofía destaca Hegel, que formuló los conceptos filosóficos fundamentales sobre la subjetividad, ha ejercido una gran influencia en el psicoanálisis y aporta elementos para la comprensión de la pareja, como hemos visto antes.

El mayor nivel educativo general y las posibilidades de la imprenta facilitaron una rápida extensión del nuevo ideal del amor romántico mediante el «roman» o novela romántica. Como observa Giddens (1992), este nuevo ideal de amor formaba parte de la idea más amplia de que los individuos debían realizarse personalmente mediante el amor, lo que también llevó asociada una nueva representación social de la pareja como espacio para esta realización. Una de las características de la novela era la recreación de las vivencias, el mundo interior y la subjetividad y el tema más recurrente eran los conflictos de la vida amorosa con las normas culturales. Los ejemplos son infinitos, pero dos exponentes muy significativos son *Madame Bovary* de Gustave Flaubert (1857) y *Anna Karenina* de León Tolstoi (1877). Ambos tratan sobre mujeres casadas por matrimonio convencional y que experimentan una intensa pasión por otro hombre. En ambos casos, el desenlace es trágico y tras intensas obsesiones y sufrimientos, ambas ponen fin a su vida de forma cruenta.

Estos tipos de obras admiten dos interpretaciones contradictorias. Una «clasicista», censora y aleccionadora advierte de la desdicha si se cede a la pasión y se transgrede la moral y las convenciones sociales. Para la otra interpretación, «romántica» y reivindicativa, la desdicha es la consecuencia de someterse a las convenciones sociales y no seguir desde el principio el dictado interior.

Para finalizar el período cultural de finales del siglo XIX, quisiera destacar dos autores que tendrían una gran influencia cultural en este momento pero sobre todo en el siglo siguiente. Uno es Friedrich Engels, coautor con Karl Marx del *Manifiesto comunista* (1848), que publicó *El origen de la familia, la propiedad privada y el Estado* (1884), donde exponía que las instituciones sociales del matrimonio y la familia reproducen el orden cultural y político opresor. Engels establece así uno de los puntos fundamentales de la filosofía materialista (marxista) que interpreta la evolución social y cultural en un análisis que incluye no solo los llamados «factores objetivos» (los económicos y de relaciones entre grupos sociales), sino también los subjetivos (las creencias y sistemas de

valores), en especial los relacionados con el apareamiento y la organización interna de la pareja. Volveremos más adelante sobre esta aportación.

El otro autor determinante es Darwin (1809-1882), quien en *El origen de las especies* (1859) contradecía frontalmente el mito creacionista contenido en la *Biblia*, ya que si bien su tesis no implicaba necesariamente la negación de la intervención divina en la creación del mundo, comportaba interrogantes para las concepciones religiosas. Uno de los interrogantes era sobre la relación de Dios con el hombre, ya que si había evolucionado a partir de los primates, no había sido creado de forma tan única y diferenciada del resto de especies, sino entregado a las leyes de la evolución biológica y la lucha por la supervivencia. La segunda idea cuestionada era que estuviera dotado el alma, ya que si procedía de los primates, ¿en qué momento había recibido esta dotación? Estas preguntas afectaban el sentido y la finalidad atribuida a la existencia humana y a la unión matrimonial, que no respondería, pues, a una consideración divina privilegiada hacia la Humanidad, sino a impulsos instintivos comunes a todas las especies. Esta referencia al componente «natural» (biológico) humano era más perturbadora que la de Rousseau, ya que mientras este proponía ideas, Darwin aportaba evidencias científicas que tendrían efectos sobre este tipo de disciplinas, entre ellas en especial sobre el psicoanálisis. Más aún, la tesis de Darwin provocaba sentimientos inmediatos de repulsión en relación al apareamiento y la vida matrimonial, que la cultura tanto se había empeñado en dignificar.

6.3. El siglo de la sexualidad

Según los sociólogos, el siglo ^{xx} ha sido el siglo de la sexualidad, ya que se ha hecho explícita en muchos ámbitos de la ciencia y la cultura, librándose de buena parte de los tabúes, y se ha transformado incorporando los avances en estos dos campos.

El psicoanálisis ha tenido una influencia determinante en esta evolución en las dos vertientes cultural y científica. En esta última, aportó una explicación de los trastornos mentales relacionándolos directamente con la represión del instinto sexual y, más aún, la hipótesis de la sexualidad infantil les atribuía un papel fundamental en el desarrollo psíquico desde su inicio (Freud, 1905: *Tres ensayos sobre la teoría sexual*). También mostró la influencia de estos instintos en diversas facetas de la cultura y la vida: las obras de arte, la vida cotidiana, incluso en los chistes y los *lapses*. Como sabemos, estas ideas escandalizaron y fueron violentamente rechazadas tanto en los ámbitos científicos como los culturales si exceptuamos unos reducidos círculos.

En esa sociedad, la del imperio austrohúngaro, sucedieron hechos como los relatados en las novelas románticas que tuvieron una gran repercusión, tanto sobre la mentalidad de la época como sobre el curso de la historia. El príncipe Rodolfo (1858-1889), heredero del Imperio Austrohúngaro, contrajo matrimonio de conveniencia con la princesa Estefanía, hija del rey Leopoldo II de Bélgica. Sin embargo, mantenía relaciones extramatrimoniales, una de las cuales, con María Vetsera, se convirtió en un amor pasional irrefrenable. Por otra parte, Rodolfo era ideológicamente liberal y

partidario de introducir numerosos cambios en el equilibrio político del imperio y, más en general, en las costumbres de aquella sociedad. Rodolfo quiso divorciarse, lo que requería la autorización papal e implicaba un escándalo que afectaba gravemente el prestigio del imperio. Además, conllevaba un problema sucesorio en un momento de gran inestabilidad política, ya que su hipotético matrimonio con María Vetsera eramorganático y, por tanto, su descendencia no podía sucederle en el trono imperial. El desenlace de la historia fue el suicidio de la pareja en el palacete de Mayerling, donde tenían sus encuentros amorosos.⁷⁰

La muerte de Rodolfo determinó que el heredero del imperio austrohúngaro fuera su hermano Francisco Fernando, quien mantuvo la política y la cultura vigentes. Fue asesinado por los opositores (Sarajevo, 1914), lo que desencadenó la Primera Guerra Mundial. Se supone que si Rodolfo hubiera sido emperador, habría resuelto las tensiones entre las naciones que formaban parte del Imperio y, posiblemente, no se hubiera desencadenado la guerra.

Durante el período entre las dos guerras mundiales el psicoanálisis se desarrolló y adquirió una gran influencia tanto científica como cultural. Una de estas influencias se produjo en Rusia, donde se había formado un núcleo psicoanalítico. En el contexto de la revolución soviética, Alexander Luria (conocido por sus investigaciones neurológicas), Vera Schmidt y Sabina Spielrein,⁷¹ dirigieron algunos jardines de infancia y escuelas con la perspectiva de formar ciudadanos libres de represiones sexuales y políticas. También en este contexto, se reguló el llamado «matrimonio libre» con la intención de liberar el apareamiento de las convenciones sociales y sus efectos de reproducción del orden cultural opresor (como había formulado Engels) y regirse por la libre voluntad individual, el amor y la sexualidad (Kollontai, 1918), una experiencia que sería pronto interrumpida por las nuevas autoridades.⁷²

En 1922 se fundó la Escuela de Frankfurt, que tenía como eje principal la renovación de la tradición marxista y la incorporación de las nuevas corrientes de pensamiento. El motivo principal de esta renovación era la crítica de las realidades culturales surgidas de los regímenes marxistas. Habían cambiado las condiciones sociales objetivas, creando sociedades igualitarias, pero no las subjetivas, que permitieran una mayor libertad y felicidad individual, que era al fin y al cabo el objetivo final deseable. Esta crítica se nutría de varias fuentes y la que incorporaba la aportación psicoanalítica fue conocida como «Freudomarxismo». La mayoría de sus miembros eran filósofos o sociólogos como Max Horkheimer, Theodor Adorno, Walter Benjamin o Herbert Marcuse, pero también algún psicoanalista como Erich Fromm. Casi todos ellos emigraron a Estados Unidos durante el ascenso del nazismo, desde donde ejercerían una gran influencia en las nuevas concepciones de las relaciones sexuales y de pareja que emergieron a partir de los años sesenta. En la segunda generación de la Escuela de Frankfurt destaca Jürgen Habermas.

Dentro de este periodo es relevante la obra del psicoanalista Wilhelm Reich (1897-1957) que, sin formar parte de la Escuela de Frankfurt, tiene puntos de coincidencia con ella. Su relevancia abarca tanto la vertiente cultural que explicaré aquí, como la

biológica, que veremos en el capítulo siguiente. Reich fue uno de los primeros colaboradores de Freud, desde el año 1919. Su primera obra relevante, *La función del orgasmo* (1927) profundizaba en los efectos patológicos, pero también políticos de la represión del instinto sexual. Reich señalaba que la satisfacción sexual es básica para el equilibrio energético corporal y psíquico, pero también que produce felicidad y predispone al individuo para su emancipación. Por el contrario, la represión sexual genera diversos trastornos somáticos, infelicidad y predispone a la resignación y la sumisión cultural y política, pero también genera formas enfermizas de satisfacción, el abuso de poder y la dominación sobre otros, imponiéndoles la represión instintiva que ellos mismos padecen. Como observa Giddens (1992: 147), Reich señaló la relación inversa entre la satisfacción sexual y el conformismo (o las relaciones de poder). A mayor satisfacción sexual menos sometimiento cultural y político y viceversa. Más aún, señalaba a la familia como institución social que perpetuaba la represión sexual, y con ella la sumisión política. Así, a pesar de no pertenecer a la Escuela de Frankfurt, establecía un vínculo fundamental entre la más pura tradición marxista (como había dicho Engels sobre la familia) y los descubrimientos psicoanalíticos esenciales.

Reich concibió, pues, la liberación sexual como una herramienta política y, haciendo de las dos causas una sola, se acercó al partido comunista alemán y estableció seis clínicas y una unidad itinerante en Berlín, dedicadas todas a las disfunciones sexuales, en las que colaboraban varios psicoanalistas. Mantenía relaciones con el núcleo psicoanalítico soviético de Luria, Schmidt y Spielrein y Berlin formó la editorial Sexualpolitik, dedicada a la promoción de la libertad sexual de los jóvenes,⁷³ y publicó *Psicología de masas del fascismo* (1933b) y *La revolución sexual* (1936), entre otros. Después de muchas tensiones con las sociedades psicoanalíticas y los partidos comunistas, que afectaron su equilibrio psicológico, Reich fue expulsado de ambas organizaciones.⁷⁴ En 1938 (ya bajo la amenaza nazi) emigró a Estados Unidos, donde continuó sus investigaciones en el ámbito biológico. Al igual que la Escuela de Frankfurt, sus obras ejercieron una gran influencia sobre la juventud universitaria de los años 60 y 70. En particular, la llamada a la liberación sexual y cultural tuvo mucha difusión. Como dijo Norman Mailer (uno de los exponentes de la contracultura de aquellos años), Wilhelm Reich «abrió la caja de Pandora» e influenció enormemente a Michel Foucault, a los poetas de la llamada «generación beat» (Allen Ginsberg, Jack Kerouac) y a una larga lista de personajes de la nueva cultura (Woody Allen, Bob Dylan, quien menciona a Reich en la canción *Joey*).

Pero volvamos a los tiempos de antes de la Segunda Guerra Mundial, cuando se inició un cambio sustancial de la consideración social de la sexualidad y de las relaciones de pareja y sucedió un hecho similar al del príncipe Rodolfo de Austria, aunque menos dramático y políticamente trascendente, esta vez a la corona británica. Eduardo VIII, ya coronado rey en enero de 1936, manifestó su intención de casarse con Wallis Simpson, una norteamericana casada, tan pronto como esta obtuviera el divorcio en su país. Los inconvenientes para este matrimonio eran diversos. La Iglesia de Inglaterra, cuya máxima autoridad era ahora Eduardo VIII, no aceptaba la disolución del matrimonio

religioso. Así, aunque el matrimonio que proyectaba podía ser legal, era moralmente reprochable. Además, era un matrimonio morgánico, y por sus implicaciones en la sucesión dinástica,⁷⁵ requería el consentimiento de los otros países de la corona británica, consentimiento que la mayoría anunció que no concedería. Brevemente, Eduardo VIII abdicó en diciembre del mismo 1936 y el incidente puso en evidencia las restricciones del matrimonio así como la mayor libertad de costumbres en Estados Unidos.

El Tercer Reich alemán representó una reacción radical y extrema a la tendencia cultural emancipadora del individuo y, en el campo del apareamiento, fue el reverso de las experiencias de «matrimonio libre». Durante el dominio nazi, el matrimonio alcanzó su máxima expresión como institución estrictamente regulada con fines reproductivos y de inclusión/exclusión social, no solo para las clases aristocráticas sino para toda la población. Con el objetivo de depurar la raza aria, Himmler redactó el decreto *Compromiso y responsabilidad del matrimonio* (1931), que establecía la obligatoriedad de un permiso estatal condicionado por el estudio genealógico racial de los novios. Este es uno de los casos más extremos de intromisión del Estado en la vida privada.

Durante la recuperación de la Segunda Guerra Mundial, en Occidente el apareamiento empieza a liberalizarse por la influencia masiva (cultural, política, económica) estadounidense sobre una Europa necesitada. Ya en los años 60, esta tendencia se expandió y una serie de movimientos juveniles (nacimiento del rock and roll,⁷⁶ los *hippies*, mayo del 68, la *New Left*) fueron la vanguardia y las manifestaciones más visibles de cambio cultural. Esta vanguardia era «contracultural», contestando radicalmente las costumbres y las instituciones sociales. Cuestionaba el matrimonio e incluso la pareja estable, proponiendo «el amor libre», y cuestionaba también la familia, proponiendo la vida en comunidades.⁷⁷ Otro de los elementos característicos era la propuesta de retorno a la naturaleza, en una reedición de lo ya propuesto por Rousseau.

Un elemento a destacar son los avances científicos y tecnológicos, que impulsaron el cambio cultural en el área sexual y las relaciones de género. La píldora llamada «anticonceptiva» permitió separar sexualidad y reproducción y la expansión de los electrodomésticos aliviaron las cargas domésticas de la mujer al tiempo que favorecía compartirlas con el hombre. También la incorporación laboral femenina masiva y la fuerte concentración de la población en las ciudades contribuyeron a la aceleración del cambio cultural.⁷⁸ Igualmente, la expansión de los medios de comunicación y la cultura de la imagen produjeron un mayor contacto entre los individuos de la misma generación que acentuó e imprimió mayor velocidad al cambio cultural.

En la década de los 70 se legalizó el divorcio en varios países occidentales y se inició una fuerte expansión de la cohabitación en detrimento del matrimonio formal. Esta vez no se limitó a las clases populares sino que se extendió a las clases medias y cultas, tomando un sentido si no revolucionario, sí «contestatario» de las convenciones sociales. Se debilitaron los tabúes sexuales y muchos de los antiguos valores perdieron prestigio o se invirtieron. Así, para los jóvenes, la virginidad pasó de ser una virtud a ser casi un

estigma y contraer matrimonio un acto de conformismo. También comenzó a manifestarse un aumento de las crisis en los matrimonios constituidos según los cánones clásicos, algo que en otro tiempo solía ser ocultado a pesar del sufrimiento psicológico que conllevaba. Como hemos comentado en un capítulo anterior, este hecho hizo que la pareja pasara a ser objeto de atención psicoterapéutica en sustitución del modelo anterior (religioso-moral o educativo) basado en el ajuste a los roles tradicionales. En este contexto se formaron el Family Discussion Bureau, donde los Balint desarrollaron sus ideas, Tavistock y otras instituciones similares de atención a las parejas.

Uno de los exponentes de estos cambios culturales sobre la pareja invita al humor. Woody Allen, un clarinetista de jazz que se gana la vida con el cine (!!), ya había anunciado sus intenciones en el libro *Cómo acabar de una vez por todas con la cultura* (1972).⁷⁹ Su film *Sueños de un seductor* (1972) contiene la escena que simboliza el cambio cultural de la masculinidad. El protagonista, encarnado por el propio Allen, quiere seducir a una chica y se imagina que su ídolo, Humphrey Bogart, le aconseja. Bogart es uno de los prototipos cinematográficos de la antigua masculinidad y le conmina a ser atrevido y dominante con la chica. Sin embargo, Allen tiene un carácter completamente inseguro, incapaz de establecer este tipo de relación. Allen representa, pues, el reverso del tópico tradicional y la nueva masculinidad (exagerada). Es el antihéroe. Su personaje en varios films también muestra la debilidad de los lazos sociales y no tiene sino una reducida red social que a menudo tiene que cuidar de él. Es el prototipo del individuo en la modernidad que veremos con mayor detalle.



Figura 16. Escena del film *Play it again, Sam*, de Woody Allen.

Otro de los símbolos culturales de esta época es una fotografía muy relacionada con la nueva noción de pareja. Es la última fotografía del exbeatle John Lennon, hecha el 8 de diciembre de 1980, pocas horas antes de su trágico asesinato. Fue realizada por Annie Leibovitz y publicada en la primera página de la revista *Rolling Stone* junto con la noticia. La fotografía formaba parte de la promoción del disco *Double Fantasy* tras 10 años de silencio musical. El lugar de encuentro fue el Hotel Dakota de Nueva York, lugar emblemático de la vida en la metrópolis principal del planeta, donde vivía. Antes de hacer la fotografía Leibovitz conversó con Lennon como era su costumbre a fin de captar aspectos esenciales del personaje que luego intentaría reflejar en la imagen. En esta conversación, Lennon habló de los sentimientos de vulnerabilidad que había tenido siempre y que había finalmente asumido después de ocultarlos y compensarlos con una actitud autosuficiente durante la primera juventud. Así surgió la idea de fotografiarse desnudo y abrazado en posición fetal a su mujer Yoko Ono. Además de la provocación del desnudo, Lennon ofrecía una imagen masculina inédita, mostrándose vulnerable y necesitado de afecto, mientras Ono ofrecía la imagen de la protección, invirtiéndose los roles de género tradicionales. Como señalan algunos psicoanalistas (Nicoló, 1999) y sociólogos (Giddens, 1992), la asunción de la vulnerabilidad masculina es un tema clave.



Figura 17. *John Lennon y Yoko Ono*, de Anne Leibovitz.

La fotografía tiene también valor simbólico porque Lennon habló de la vulnerabilidad poco antes de ser asesinado violentamente, esto sucedió en un lugar emblemático y, por si fuera poco, el asesino no fue un enemigo sino, al contrario, un fan devoto que perdió el equilibrio psicológico y mató a su ídolo. La muerte de Lennon, por tanto, fue, además de trágica, absurda. Es un símbolo que evoca multitud de pensamientos pero todos inquietantes y que abren muchos interrogantes sobre el desarrollo de la sociedad y el «signo de los tiempos». Por otra parte, la fotografía anticipa lo que ahora llamamos «el fin del patriarcado». Con una sola imagen, Leibovitz captó cómo Lennon, todo un líder

mundial, proclamaba su abandono del patrón masculino tradicional y las nuevas relaciones de género.

6.4. La modernidad y el fin del patriarcado⁸⁰

En este apartado veremos algunas de las interpretaciones de los sociólogos y filósofos del sentido de la evolución cultural. Por su mayor amplitud conceptual, destaca la idea de que esta evolución lleva al «fin del patriarcado» (Castells, 1997) que ha imperado desde los inicios de la organización social humana. Es, pues, una evolución de enorme trascendencia.

La vida humana, como toda vida en la naturaleza, ha estado condicionada por el uso de la fuerza física para defenderse de los depredadores o para conseguir alimento y recursos, lo que ha condicionado los roles de género. El desarrollo tecnológico ha disminuido sensiblemente la importancia de la fuerza física y ha permitido la independencia económica femenina, pero, más recientemente, ha aumentado el dominio de la biología reproductiva, posibilitando un nuevo cambio importante en el rol femenino. Estos cambios implican una profunda reorganización de todo el conjunto «organización interna de la familia - relaciones de género - concepto de autoridad - socialización - transmisión de patrones culturales», en el que, de forma inmediata, los individuos ganan libertad, incluido el propio patriarca, si consideramos las obligaciones de las que se libera. No obstante, como ya avanzó Eric Fromm en *El miedo a la libertad* (1941), esta conquista largamente deseada tiene la contrapartida de la incertidumbre y la angustia consecuente:

Nuestra finalidad es mostrar que la estructura de la sociedad moderna afecta simultáneamente al hombre de dos maneras: por un lado, lo hace más independiente y más crítico, otorgándole una mayor confianza en sí mismo, y por el otro, más solo, aislado y atemorizado. (Fromm, 1941: 135)

Los efectos de esta evolución son enormes y afectan a una multitud de áreas que han sido estudiadas desde diferentes puntos de vista. Al hilo de lo que advertía Fromm, Richard Sennett ha desarrollado los diversos aspectos de las dificultades que enfrenta el individuo moderno. En *La corrosión del carácter. Las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*, Sennett (1989) explica las dificultades para estructurar una vida personal coherente en los nuevos entornos. Se refiere predominantemente a la vida laboral, pero también a la amorosa, fundamental para la identidad. Sennett ironiza sobre el concepto de «flexibilidad», que puede parecer atractivo y una superación de las constricciones del antiguo régimen, pero beneficia mayormente al liberalismo económico y su característica falta de protección a los individuos. En *La cultura del nuevo capitalismo* (2006) Sennett profundiza en la disolución de las antiguas instituciones y el carácter precario que adquiere el vínculo entre los individuos y la sociedad, incluidas las relaciones personales.

Otro estudioso de la modernidad, el sociólogo Giddens (1992: 54), ha estudiado más específicamente las relaciones de pareja. Su concepto de «relaciones puras» explica que,

si antes los individuos se relacionaban y cumplían los roles sociales (amante, marido/esposa, padre/madre, etc.) siguiendo patrones preestablecidos, la modernidad ofrece escasas referencias sólidas. Para Giddens, en la modernidad, muchas de las actividades y tendencias han dejado de ser inherentes al sistema social para convertirse en propiedades del individuo, propiedades que no vienen dadas sino que cada individuo debe desarrollar. Así, «pureza» significa que las relaciones deben mantenerse o tener valor por sí mismas.

Según Giddens la modernidad también afecta a la intimidad de la pareja. La proximidad, tanto corporal como emocional, es algo que el individuo necesita regular a medida para sentirse bien y seguro, y la cultura ofrecía unos modelos preestablecidos, mientras que, en la modernidad, cada pareja debe establecerla de forma específica. Este es pues otro de los elementos que hace necesaria la conexión emocional de la pareja en el nuevo régimen cultural. Otro aspecto que debe ser construido de forma específica para cada pareja es su sistema de valores, no solo los explícitos o declarados, sino también los implícitos, que no son declarados pero rigen de hecho las decisiones. Nuevamente, la cultura tradicional ofrecía patrones preestablecidos. Así, el sentimiento de conexión emocional, incluye no solo aspectos interpersonales, sino también de realización de los ideales dentro o con la ayuda de la pareja. Dicho de otro modo, además de las satisfacciones inmediatas (relacionales, sexuales, sociales) la conexión emocional en las relaciones «puras» (Giddens) incluye aspectos del Superyó como la autoestima y el ideal del Yo (sociales o culturales).

Otro filósofo, pensador de la modernidad, Zygmunt Bauman, la caracteriza por la «liquidez». Destaca igualmente el debilitamiento de los marcos de referencia culturales y que las relaciones amorosas están sujetas a cambios indefinidos, ya que los «contenedores» culturales se han debilitado. Bauman tiene un buen conocimiento del psicoanálisis, por lo que no sorprende que explique la incidencia de la función «contenedora» de las referencias culturales en la estructuración interna y el desarrollo personal. Bauman explica que la «liquidez» incide sobre la identidad de los individuos, manteniéndolos en un estado de incertidumbre y búsqueda de puntos de referencia. Siguiendo la estela de *El malestar en la cultura* de Freud y *El miedo a la libertad* de Fromm, Bauman cree que el individuo en la sociedad líquida, si bien está menos sometido al poder directo de la autoridad, renuncia a una cuota de libertad a cambio de seguridad.

Más específicamente en el campo del amor, para Bauman (2005), el déficit de identidad debe ser compensado por una mayor conexión emocional. No obstante, la relación de emparejamiento está menos arraigada a principios «sólidos» y, por tanto, es más inestable. Se convierte así en un bien más de consumo según las necesidades emocionales de los individuos. Su libro *El amor líquido* se inicia con un análisis de Ulrich, el protagonista de la novela *El hombre sin atributos* de Robert Musil (1881-1942), un hombre que no tiene ningún vínculo de parentesco ni otro y debe expresar sus habilidades y su persistencia para mantenerse conectado con los demás. La precariedad relacional de Ulrich es compartida por los demás, de manera que todos se encuentran en

una situación similar, pero esto, lejos de facilitar el establecimiento de vínculos, hace que todos tengan miedo de perderlos. Así, al tiempo que necesitan las relaciones, se defienden preventivamente de un exceso de implicación. El funcionamiento que describe Bauman recuerda el estadio narcisista de Freud, en el que, como Amiel, el individuo no establece sino relaciones emocionalmente poco significativas, superficiales y condicionadas a las satisfacciones egocéntricas que proporcionan. No obstante, si Amiel tenía arraigo en un contexto general contenedor, Ulrich vive en una sociedad en la que todos los individuos tienen carencias.

El funcionamiento psíquico que producen estos contextos es muy similar al del «apego inseguro» visto anteriormente (Ainsworth, 1978 y Lyons-Ruth, 2003). En este patrón relacional, el individuo tiene una gran carencia y necesidad emocional que le hace sufrir intensamente. Tiene miedo de perder las relaciones significativas, y, por tanto, de vincularse, enamorarse y mantener las relaciones iniciadas, como el paciente «J» (Llovet, 2010a). Los filósofos y sociólogos que mencionamos en este apartado conocen el psicoanálisis y siguen su evolución, razón por la que han relacionado las condiciones que impone la modernidad con el aumento de patologías narcisistas que refleja la literatura psicoanalítica.

6.5. Algunas conclusiones sobre la influencia de la cultura en la pareja

Finalizaremos resumiendo algunas ideas sobre la pareja que contestan una pregunta que surge a menudo en los seminarios: ¿la sociedad actual, favorece o perjudica la pareja?

En la revisión histórica hemos visto que la humanidad vivía en cohabitación y que por diversas razones (reproducción, filiación y transmisión patrimonial) adoptó la regulación matrimonial. Esta unión, con fines «objetivos», excluía fundamentalmente el amor, la sexualidad y más genéricamente, la subjetividad, ya que representaban peligros para la estabilidad y la continuidad. Con la evolución, las diversas corrientes culturales han humanizado el apareamiento regulado, en el sentido de incluir también estas necesidades. Sin embargo, este es un proyecto ambicioso, con el riesgo de la hipocresía y la doble moral, que se acentúa en las sociedades puritanas, moralmente exigentes.

Más recientemente, en el contexto del debilitamiento de los marcos de referencia y la mayor libertad individual, se ha iniciado un retorno a la cohabitación. Las observaciones de los sociólogos sobre las necesidades de fortalecimiento de las identidades (Castells) o de que las relaciones aporten beneficios emocionales (Giddens), dan mayor relevancia a la conexión emocional de la pareja. Como señala Charles Taylor, los marcos de referencia anteriores estimulaban a los individuos al cumplimiento de objetivos trascendentes, como algunas de las culturas que explica Therborn. La pareja era pues un medio para conseguir otros objetivos. El contexto actual orienta a los individuos hacia los valores de «la vida cotidiana», a la satisfacción de los pequeños objetivos. Algunos pueden ser egoístas, pero también pueden ser altruistas: cumplir la necesidad o el deseo del otro. En todo caso, los diversos autores de la perspectiva psicoanalítica relacional

señalan que la relación es una necesidad. No obstante, la noción de «falta básica» de Balint nos recuerda que este es un sentimiento consustancial a la vida, siempre a punto de emerger y que nos puede hacer creer que en otro lugar, con otra persona o haciendo otra actividad, no lo experimentaríamos. Parece que podemos encontrar la solución a todo si nos empleamos suficiente, pero quizás también debemos asumir que no todo tiene solución. Ni todas las necesidades pueden ser satisfechas, ni las soluciones son duraderas y deben ser actualizadas a menudo. Los participantes en los seminarios hacen bien en preguntar lo que preguntan, pero no pueden esperar respuestas definitivas, sino argumentos para seguir pensando.

Quisiera terminar este capítulo con dos referencias culturales más. La primera es muy conocida en mi entorno geográfico y generacional, aunque también es mundialmente conocida. Es un fragmento de la adaptación de Lluís Llach del poema *Ítaca* de Konstantinos Kavafis:

Ten siempre en el corazón la idea de Ítaca.
Tienes que llegar, es tu destino,
pero no fuerces la travesía.
Es preferible que dure muchos años,
que seas viejo cuando fondees la isla,
rico de cuanto habrás ganado en el camino,
sin esperar a que dé más riquezas.
Ítaca te ha dado el bello viaje
sin ella no habrías salido.
Y si la encuentras pobre, no es que Ítaca
te haya engañado. Sabio, como te has hecho,
sabrás lo que significan las Ítacas.

Creo que no hacen falta muchos comentarios. Solo hay que entender el ideal amoroso como una de las Ítacas que se tienen en el corazón y nos empujan a iniciar la relación. Como dice Kavafis, las riquezas no se obtienen al llegar al destino sino durante el camino. Y si el destino final nos decepciona, tendremos que considerar lo que hemos ganado durante el viaje y, sobre todo, que sin este destino en el corazón, nunca habríamos emprendido el viaje y por lo tanto no habríamos adquirido ninguna riqueza.

La segunda referencia es una frase de John Lennon que, por su humor escéptico, fue digna de Bernard Shaw y es aplicable a la pareja. Dice:

La vida es aquello que te pasa mientras estás ocupado haciendo otros planes.

⁶⁰. Los padres de Tutankamón (siglo XIV aC), Akenatón y Sitamón, eran hermanos, lo que explica que este sufriera varios defectos genéticos que le causaron indirectamente la muerte a los 18 años.

⁶¹. Según algunas versiones fue Helena quien se enamoró del joven Paris. Según otros, este la ganó en una apuesta o reto.

⁶². Platón consideraba el amor la antítesis del odio, y ambos los principios fundamentales de la naturaleza y la humanidad. Esta concepción es una curiosa anticipación de la teoría de Melanie Klein explicada anteriormente. Otra coincidencia es que Platón concibe la mente como un espacio unitario y la razón como la facultad que evita su fragmentación (producida por impulsos). Para el psicoanálisis la mente también debe evitar la fragmentación, si bien no evitando las emociones, sino al contrario, conociéndolas bien.

⁶³. Foucault cita el estudio de Paul Veyne, (1985): *Historia de la vida privada*. Taurus, Madrid, 1987.

⁶⁴. Contra lo que dicen otras fuentes, el cristianismo no fue declarado religión oficial del Imperio hasta el emperador Justiniano I (483-565).

[65.](#) Tirante es caballero de la Orden caballeresca de la Jarretera (liga), lo que en el contexto de la novela tiene un carácter grotesco y ridiculiza las órdenes de caballería. Sin embargo, esta orden es real, fue fundada por Eduardo III de Inglaterra en 1344, es decir, en tiempos del Tirante, y existe todavía actualmente siendo la más antigua del mundo. Su divisa es «Se avergüence aquel que piense mal», ya que nació de un incidente que comprometía el honor de una dama y el Tirant lo adopta justamente por esta misma razón. Es por tanto una clara sátira de un hecho real contemporáneo.

[66.](#) Véanse, entre otros, Dámaso Alonso (1951): «Tirante el Blanco, novela moderna»; Vargas Llosa: «Tirante el Blanco: novela sin fronteras»; Martín de Riquer (1990): «Tirant lo Blanch, novela de historia y de ficción».

[67.](#) Otros críticos como Beltrán, R. (2006: Joanot Martorell, «Tirante el Blanco») han señalado otros aspectos como la fascinación por la tecnología y la ciencia propias del humanismo y el posterior racionalismo.

[68.](#) Hay varias versiones de esta historia. La más conocida es la de Tirso de Molina de 1615, poco tiempo después de la de Shakespeare. Curiosamente ambas parecen referirse a historias reales que se remontan a principios del siglo XIV.

[69.](#) Taylor (505) señala el deísmo de esta noción, ya que este mundo interior ha sido dado por Dios. Por lo tanto, su cultivo es un homenaje a la divinidad. Lo mismo es válido para los ateos y agnósticos, que sitúan Naturaleza u otro concepto abstracto en lugar de Dios. El núcleo de la cuestión es la exaltación del individuo y su subjetividad particular.

[70.](#) El suicidio es la causa más verosímil de la muerte de la pareja. Sin embargo, nunca fue oficialmente reconocido. Se especuló que podían haber sido asesinados por los servicios secretos con el fin de preservar el prestigio de la corona, también que la misma María Vetsera era una agente secreta del gobierno con el fin de apartarlo de la sucesión dada su ideología liberal y también que podía ser una agente enemiga con el fin de desestabilizar el Imperio.

[71.](#) He hablado antes de Spielrein como la primera psicoanalista que propuso la pulsión de muerte en 1911. Más tarde el régimen soviético cerró el jardín de infancia y le prohibió todo ejercicio profesional con niños. Finalmente moriría fusilada junto con otros judíos por las SS durante la invasión de Rusia (Kerr, 1995).

[72.](#) El «matrimonio libre» se practicó también en partes de la España Republicana durante la guerra civil (1936-1939).

[73.](#) Willy Brandt (1913-1992), que luego sería canciller alemán, fue uno de los jóvenes que recibieron esta influencia.

[74.](#) Este es uno de los más penosos episodios del movimiento psicoanalítico, ya que la expulsión fue secreta y Reich no lo supo hasta un año más tarde (según Rubin Reich, 1997, hija de Wilhelm Reich). En cuanto al partido comunista, fue expulsado preventivamente, sin haber ingresado formalmente.

[75.](#) Al ser nuevamente un matrimonio morganático, puesto que no era entre miembros de la alta nobleza, no transmitía la Corona a la descendencia, sino que esta retornaba a sus hermanos.

[76.](#) El erotismo explícito de Elvis Presley fue un factor clave en su popularización y se ha consolidado como símbolo de la liberación sexual y el cambio de valores.

[77.](#) «Christiania», en Copenhague, es una de las experiencias emblemáticas que aún perdura.

[78.](#) En un estudio, Sennett (1975) analiza la mayor libertad de costumbres en las ciudades por el menor control social y vulnerabilidad del prestigio.

[79.](#) Este fue el título de la versión castellana. El título original es *Getting even* (desquitarse).

[80.](#) Hay cierta polémica sobre si hay que llamar al periodo social actual «modernidad» o bien «posmodernidad» para mantener la misma terminología que utiliza la historia. He optado por la primera opción, que es la que adoptan la mayoría de sociólogos y filósofos que menciono.

> 7. LA BIOLOGÍA Y LA PAREJA

En este capítulo dedicado a la biología del psiquismo, retomaremos ordenadamente algunos conceptos del campo de la biología a los que me he referido anteriormente, ya que eran necesarios para comprender lo que tratábamos allí.

Las relaciones entre las ciencias «psi» (psicología, psiquiatría y psicoanálisis) y las biológicas (neurología, biología «pura», partes o corrientes dentro de la psiquiatría) son complejas como lo son en general las relaciones entre disciplinas que tratan los mismos fenómenos sobre bases diferentes. Si bien Freud inició el psicoanálisis a partir de la neurología, a medida que ambas disciplinas se desarrollaron, derivaron en competidoras en las explicaciones de los trastornos mentales. En cuanto a la psiquiatría, se desarrollaron varias corrientes, algunas fuertemente influenciadas por el psicoanálisis y otras fuertemente opuestas. En los últimos 25 años aproximadamente, estas últimas han aumentado sensiblemente su influencia y su oposición al psicoanálisis. Sin embargo, más recientemente, en el campo de las neurociencias, se han producido descubrimientos que han confirmado muchas de las hipótesis psicoanalíticas más importantes. Nos referimos a los descubrimientos de Eric Kandel sobre la plasticidad neuronal y los mecanismos de la memoria y el aprendizaje y las del grupo italiano de Gallese, Rizzolatti y otros sobre las neuronas espejo. En estos casos, han sido los propios autores quienes han iniciado el estudio de estas confirmaciones y han abierto el camino a multitud de estudios en el mismo sentido. Aunque su influencia aún es muy reducida, permiten vislumbrar un futuro no muy lejano en el que ambos tipos de disciplinas no compitan sino que se complementen en sus explicaciones del psiquismo.

Estos descubrimientos están directamente relacionados con las nuevas técnicas de neuroimagen que, por otra parte, han permitido un mejor conocimiento del funcionamiento del sistema nervioso y también han abierto nuevas perspectivas para la genética, mostrando que las influencias ambientales se incorporan a la herencia genética en mucha mayor medida y rapidez de la que se había supuesto. Estos desarrollos han reabierto el debate sobre las hipótesis de Darwin y las relacionadas. También han permitido conocer mejor el funcionamiento cerebral, donde de hecho se generan los instintos. En particular, el conocimiento de las estructuras y sustancias neuronales permite comprender mejor las relaciones entre el amor, la agresividad, la sexualidad, etc., temas que nos sitúan plenamente en el campo de la pareja.

Todo este conjunto de descubrimientos ponen de manifiesto la necesidad de disponer de nuevos modelos que expliquen las causas de los fenómenos psíquicos y del desarrollo

del sistema nervioso, sustituyendo los modelos tradicionales unicausales (cada fenómeno tiene una sola causa) por otros de causalidad compleja (cada fenómeno tiene varias causas que interactúan entre ellas).

Mente y cerebro

Uno de los efectos de estos descubrimientos es la superación de la clásica confrontación a la que me he referido al principio entre las explicaciones «psicologistas» y «biologistas» del funcionamiento psíquico, que quisiera explicar antes de pasar a los apartados de este capítulo. La primera explicación parte del concepto de «mente» y de la percepción interna o conciencia de nuestro propio psiquismo y resalta las diferencias respecto a las otras especies tal como las sentimos o nos las representamos. Por el contrario, la visión «biologista» del psiquismo parte del concepto de «cerebro» y evoca un objeto físico que puede ser observado y estudiado como cualquier otro (salvando las dificultades técnicas).

La atención clínica y psicoterapéutica que se deriva de estos dos puntos de partida, incluida la de la pareja, es lógicamente diferente, y ambas representaciones tienen algo de inquietante y algo tranquilizador según para qué personas (tanto pacientes como profesionales), lo que sin duda condiciona que se escoja uno u otro modelo. Hay personas que sienten la mente como la parte más esencial e íntima de sí mismos y consideran que conocerla es enriquecedor. Otros, en cambio, por estas u otras razones, sienten inquietud ante el hecho de entrar en contacto y exponerla a la mirada ajena, o vértigo ante su complejidad, y optan por considerar que el psiquismo no es sino un producto del cerebro al que hay que aproximarse como un órgano más del cuerpo, atendiendo tan solo a lo que es materialmente tangible, aunque (o justamente porque) este enfoque no permita captar la complejidad y las sutilezas de las vivencias. Esta visión se resume en la expresión «pura química», que también puede resultar inquietante, porque sugiere que no tenemos control sobre nuestros estados mentales y estamos completamente condicionados por factores ajenos a nuestra voluntad. A esta expresión, el «psicologismo», que ahora llamaré «mentalismo», opone el «todo es posible», como si no hubiera factores que, si bien no nos determinan completamente, sí nos condicionan o nos imponen límites.

El riesgo de la visión biologista es la deshumanización, ampliamente denunciada, y el hecho de descuidar el margen (pequeño o grande) de dirigir nuestro propio desarrollo personal, visión que quedó condensada en el título *Más allá de la libertad y la dignidad* de Skinner.⁸¹ Según este modelo, el «cerebro determina la mente», pero no a la inversa, mientras que el mentalismo ignora el cerebro y, más ampliamente, los factores biológicos. Por su parte, la visión «mentalista» es heredera de prácticas milenarias mediante la palabra, los ritos culturales y las prácticas mágicas (véase una amplia explicación en Laín Entralgo, 1968), y se mantiene en el idealismo filosófico, el irracionalismo y la necesidad de convicciones básicas intocables (dogmas) o la sugestión mutua, hecho también denunciado en los ámbitos psicoanalíticos y otros. Obviamente, la

subjetividad no tiene cabida dentro de los modelos biologists mientras que los modelos mentalistas tienen dificultades para incorporar la vertiente biológica, especialmente la sexualidad.

Finalmente, en lo que se refiere al campo de la pareja, la visión biologista la concibe como un agregado de individuos, ya que el cerebro es individual, mientras que el mentalismo tiende a tomarla como una entidad casi mística, en la que los individuos tienden a desaparecer como tales.

7.1. Los descubrimientos de la neurobiología y el psicoanálisis

Como hemos dicho, los descubrimientos recientes tienen una gran trascendencia para la tensión entre las vertientes biológica y cultural del psiquismo, ya que, lejos de invalidar las hipótesis psicoanalíticas, han confirmado lo esencial, aunque aportan algunas precisiones. Quizás la más importante en el terreno de la teoría del psiquismo es que este es, al fin y al cabo, memoria y su procesamiento.

7.1.1. La plasticidad neuronal y la memoria

Los descubrimientos más trascendentes en neurobiología han sido las de Eric Kandel, que merecieron el premio Nobel del año 2000, junto con Arvid Carlsson y Paul Greengard. El mismo Kandel, con una gran formación psicoanalítica y humanística, ha desarrollado algunas de sus implicaciones (2006 y 2007). Veamos su trayectoria, contada por él mismo (Kandel, 2007).

Kandel nació en Viena en 1929, en una familia judía que emigró a Brooklyn (Nueva York) cuando él tenía 9 años, poco después de que Hitler anexionara Austria a Alemania. Allí asistió a una escuela judía, posteriormente a una escuela secundaria pública y luego emprendió estudios universitarios de Historia, que finalizó con la investigación «La actitud hacia el nacionalsocialismo de tres escritores alemanes: Carl Zuckmayer, Hans Carossa y Ernst Jünger».

A través de la relación con una amiga, cuyos padres eran psicoanalistas, se interesó por el psicoanálisis y decidió comenzar los estudios de Medicina. Dentro de estos, le apasionó de manera especial la biología de la mente, que había sido el punto de partida de Freud basándose en la teoría neuronal de Ramón y Cajal (Premio Nobel 1906). Antes de este, se creía que el tejido neuronal era una red continua (teoría reticular) que registraba las experiencias de la persona, y que cada zona cerebral almacenaba un tipo de percepciones y funciones (visuales, auditivas, etc.). Ramón y Cajal demostró que cada neurona es una célula y evidenció el mecanismo de transmisión de información entre ellas. A partir de estos descubrimientos, Freud (1896) concibió la idea de que las experiencias traumáticas dejaban huellas de memoria que, por su carácter doloroso, eran reprimidas de la conciencia (teoría traumática). Así como la mayoría de neurólogos han refutado esta teoría con el argumento de que no se habían identificado zonas cerebrales de la conciencia y del inconsciente, asumiendo la hipótesis de Freud, Kandel se

preguntaba por el mecanismo por el cual estas huellas pasan de una instancia a la otra y viceversa.

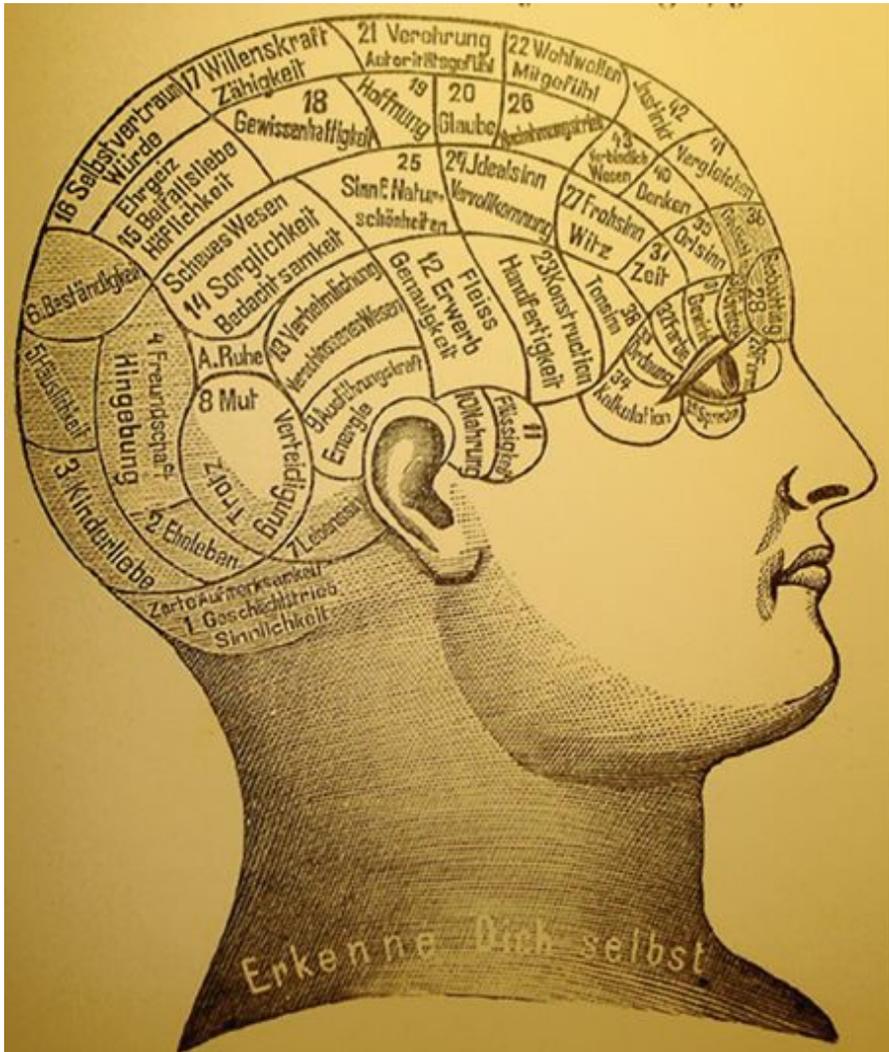


Figura 18. Funciones de las áreas cerebrales.

Un hecho de gran trascendencia fue que Harry Grundfest, director del laboratorio de investigación donde entró Kandel, le aconsejó que si quería establecer relaciones interdisciplinarias (entre la biología y el psicoanálisis), era mejor que estudiara en profundidad un fenómeno muy limitado («un solo tipo de células», le dijo). Así, Kandel, a partir del año 1962, se centró en los mecanismos de memorización de las neuronas de la *Aplysia*,⁸² un molusco invertebrado con un sistema nervioso muy primitivo, en contra de las opiniones de otros colegas, según los cuales en un organismo como este no se podían encontrar rastros de psiquismo o mente. No obstante, Kandel conocía las investigaciones de Konrad Lorenz sobre el *imprinting* (premio Nobel de 1973), que indicaban que los mecanismos básicos de aprendizaje son los mismos en todas las

especies superiores (las únicas que había estudiado). A pesar de que la enorme influencia de Skinner había impuesto una noción sumamente empírica de la mente, casi reducida a un almacén de aprendizajes o condicionamientos, la formación psicoanalítica de Kandel le hizo comprender que el descubrimiento de Lorenz tenía implicaciones para la noción de la mente. Pensó que a pesar de las diferencias (Lorenz había investigado especies animales muy superiores a la *Aplysia*, y no sus neuronas sino sus conductas), el hecho de que los mecanismos de aprendizaje fueran idénticos en diferentes especies permitía hacer la hipótesis de que estos mecanismos pertenecieran al nivel neuronal, como había dicho Freud. Además, pensó que las nuevas técnicas podían aportar nuevas evidencias y que el estudio detallado de las transmisiones neuronales más simples le evitaría la complejidad que tienen los sistemas nerviosos de los organismos superiores, y, por tanto, la interferencia de otros muchos factores, tal como le había sugerido Grundfest. Kandel estaba en una posición privilegiada, ya que los conocedores de una disciplina suelen ignorar la otra y viceversa, pero este no era su caso.

En sus experimentos, Kandel estimuló eléctricamente neuronas de *Aplysia* y constató que esta experiencia modificaba los neurotransmisores. Repitió los experimentos con ratones (que son mamíferos), obteniendo los mismos resultados. Este fue el hallazgo trascendental. El hecho de que el almacenamiento se produjera idénticamente en dos especies enormemente alejadas en la escala evolutiva, confirmaba que se producía a nivel neuronal, mediante las sustancias que las comunican o «bañan» (según expresión de Kandel). Más adelante hablaremos de la serotonina, el más importante de estos transmisores o conductores). Complementariamente, este hecho explicaba que la plasticidad cerebral fuera muy superior a la que se podía esperar si la transmisión (y por tanto la activación de la memoria y el aprendizaje) dependía solo de las neuronas. Este descubrimiento de Kandel aporta también explicaciones más completas de otros fenómenos ya conocidos. Una de ellas es que el *imprinting* y otros fenómenos de aprendizaje son procesos básicos comunes a todos los sistemas nerviosos, ya que no dependen de la configuración cerebral, que varía según el nivel evolutivo, sino de las sustancias que transmiten la excitación entre las neuronas.

Por otro lado, el descubrimiento explica el fenómeno descrito por la ley de Hebb: *Neurons that fire together, wire together* («las neuronas que se excitan juntas, se configuran juntas»).⁸³ Esta ley explica los efectos del trauma psíquico, ya que el impacto emocional del suceso traumático conlleva que se activen grupos de neuronas, que quedan así «configuradas juntas», formando una red neuronal. Cuando, posteriormente, alguna de estas neuronas se activa, se activan también las otras, lo que explica que detalles anecdóticos hagan revivir los sucesos traumáticos. Un ejemplo es la fobia, en la que la persona desarrolla una intensa angustia hacia un objeto o detalle presente en la experiencia traumática, aunque no fuera esencial. Un ejemplo clásico es el «pequeño Hans», un caso relatado por Freud (1909), que desarrolló una fobia a los caballos. Según la elaboración de Freud, Hans había tenido una hermana y había visto los restos sanguinolentos del parto. Pensó que había sido castrada, como su madre le había dicho que harían con él si continuaba tocándose el pene, conducta en la que había sido

sorprendido. Al no poder dirigir su temor hacia la madre (ya que era una figura protectora), la dirigió hacia los caballos que ocasionalmente estaban presentes en la escena.

Complementariamente, un segundo aspecto de la ley de Hebb es que estas redes neuronales se extinguen si no son estimuladas o establecen nuevas conexiones según las activaciones producidas por las experiencias posteriores. Este es el principio que explica el efecto neurológico de la psicoterapia que Ferenczi llamó «experiencia emocional correctora», ya que, efectivamente, «corrige» las asociaciones neuronales creadas anteriormente.

El descubrimiento de la plasticidad neuronal también ha desmentido otras creencias. Así, se creía que después del nacimiento ya no se desarrollan más neuronas ni tampoco se regeneran las existentes. Ahora sabemos que se crean nuevas neuronas y que los neurotransmisores participan en este proceso. También se creía que la estructura y la organización funcional de las áreas cerebrales era fija, salvo en casos de lesiones. Ahora sabemos que evoluciona según el ejercicio, como otros órganos. Por otra parte, ha mostrado también que las relaciones humanas y el afecto tienen un efecto activador de las redes neuronales, lo que confirma las hipótesis de Bowlby sobre las carencias psíquicas causadas por el hospitalismo (por falta de estimulación) y explica que las autopsias de los cerebros de niños que habían crecido en los orfanatos después de las guerras mundiales tuvieran la corteza cerebral menos desarrollada y con menos circunvalaciones. Explica igualmente que, en experimentos con animales gemelos, el hermano que ha seguido un programa de entrenamiento tenga el cerebro más desarrollado.

7.1.2. La nueva concepción de la memoria y el inconsciente implícito

La vida es memoria, excepto el presente, que se nos escapa.
TENNESSE WILLIAMS

Como Freud un siglo antes, inicialmente Kandel se había preguntado cómo pueden pasar del consciente al inconsciente y viceversa las trazas de memoria, cuestión que está condicionada por las concepciones que tenemos del inconsciente y de la memoria. En el tiempo de Freud y durante buena parte del siglo *xx*, la concepción del cerebro era marcadamente anatomista, vinculando las funciones mentales a determinadas áreas cerebrales. Así, se creía que cada percepción consciente se producía en la correspondiente área cerebral (visual, olfativa, etc.). Ahora sabemos que la conciencia reside en el lóbulo frontal, adonde llegan los impulsos de las diversas áreas de almacenaje de huellas, que de otra manera son inconscientes. Dicho de otro modo, no hay una área específica del inconsciente, sino que todas estas áreas lo son.

Sabemos también que la memoria no es solo el almacenaje pasivo de huellas, sino que hay una «memoria procedimental», que registra formas de hacer las cosas y automatismos,⁸⁴ una «memoria contextual», que registra «conjuntos de situaciones» o

entornos con gran riqueza de detalles y una «memoria implícita», que analizaremos más adelante. Por último, están las memorias de corto plazo (o memorias de trabajo) y de largo plazo. Sabemos también que en la fase REM (*Rapid Eyes Movement*) del sueño, las nuevas informaciones de la experiencia reciente (o memoria de corto plazo) se incorporan a los archivos de memoria de largo plazo, algo fundamental para la adaptación a nuevas situaciones. En síntesis, la nueva concepción es la de una memoria dinámica o activa, y no la de un archivo pasivo y fijo.

Volviendo al inconsciente, Freud lo concibió como una instancia psíquica creada por la represión de lo que es rechazado por la conciencia, que son básicamente las pulsiones.⁸⁵ Era, pues, una concepción sumamente restringida del inconsciente, lo que motivó grandes polémicas, ya que es el descubrimiento mayor y el concepto central del psicoanálisis. Entre las polémicas destacó la que mantuvo el suizo Carl Jung (1913), que incluía en el inconsciente los «arquetipos», poso de mitos producido por las experiencias ancestrales de las colectividades humanas. La profusión de conceptos de inconsciente fue tanta que, al asumir el liderazgo del movimiento psicoanalítico, Melanie Klein lo restringió radicalmente solo a «lo que ha sido reprimido» (Klein, 1946). Sin embargo, los nuevos descubrimientos que he mencionado dan una nueva validez a otras concepciones.

Una formulación del inconsciente relacionada con la memoria procedimental e implícita es la de Lacan (1964), resumida en la expresión: «el inconsciente está estructurado como un lenguaje». Esta expresión condensaba el estudio de Lacan de la obra de Ferdinand de Saussure (1913), fundador de la moderna lingüística estructural, que estableció la distinción fundamental entre «significados» y «significantes», que replica en cierto modo la distinción psicoanalítica entre lo manifiesto y lo latente (en los sueños, en las creaciones artísticas y en los relatos de los pacientes). Esta formulación de Lacan se inscribía en una revisión más amplia de la obra de Freud y, en este caso, daba nueva validez a la observación de este en *La interpretación de los sueños* (1900), refrendada por la práctica terapéutica desde entonces, de que los contenidos manifiestos (o significantes) que acceden a la conciencia corresponden a contenidos latentes (o significados) que han sido deformados (para eludir la censura) según las leyes lingüísticas (la metonimia, la metáfora, el símbolo, etc.) y otras figuras literarias (oposición, sustitución, alusión, etc.). Así, según Lacan, el inconsciente no se reduce a recuerdos que han sido reprimidos de la conciencia, sino a un modo de procesamiento o transformación psíquica. Por otra parte, mostraba que estas transformaciones respondían a una lógica «universal», como también mostraban los lingüistas. Entre ellos, Noam Chomsky (1968) consideraba que las estructuras lingüísticas son universales y están presentes en el psiquismo de forma innata (según la idea de Kant), en oposición a otros lingüistas que consideraban el lenguaje un mero aprendizaje.

Quiero remarcar que la concepción de Lacan sobre el procesamiento de los elementos inconscientes es compatible con el descubrimiento reciente de la memoria de procesamiento. Sin embargo, este descubrimiento muestra que no es que el inconsciente esté estructurado como un lenguaje, sino que, en su acceso a la conciencia, las unidades

(semánticas, fonéticas, etc.) que lo forman y los contenidos inconscientes (datos de memoria) son procesados siguiendo su misma lógica.

Una concepción similar pero más amplia es la de «inconsciente cognitivo» de Piaget (1970).⁸⁶ Se refiere a que las estructuras lógicas que organizan la inteligencia son inconscientes, de manera análoga a como lo son las fuerzas instintivas y las emociones primarias. Efectivamente, cuando el niño hace una operación matemática, una clasificación lógica u otra con objetos físicos, no es consciente de las operaciones lógicas que está realizando, que como demuestra Piaget, son necesariamente subyacentes. Es más, a menudo las explicaciones del niño son racionalizaciones para mantener la coherencia del pensamiento consciente, análogas a las racionalizaciones que observa el psicoanálisis, con la única diferencia esencial de que estas últimas se refieren a elementos emocionales. Sin duda, el inconsciente cognitivo y la memoria que contiene es fundamentalmente «procedimental», ya que estipula la manera de procesar los contenidos, con independencia de cuáles sean los mismos. Igualmente, es «implícita», ya que el sujeto la da por supuesta sin ser consciente y hacerla explícita es una tarea en sí misma.

Con el grupo de Salud Mental Infantil de San Pere Clavé llevamos a cabo una investigación sobre la relación entre la evolución de estas operaciones lógicas y ciertas patologías (Grimalt, Llovet, Oliva y otros, 1984). La investigación estudió el estado de desarrollo de la noción de «conservación del objeto» (Piaget, 1937) en niños que habían sufrido largas separaciones precoces con motivo de hospitalizaciones. La hipótesis era que el desarrollo emocional afecta el desarrollo intelectual, y en este caso, la separación emocional afectaba la formación de la noción de permanencia de los objetos físicos. Constatamos que en los casos en que las separaciones habían tenido efectos psicopatológicos (lo que implica un retraso en la evolución emocional), también se producía un retraso correlativo en la evolución de la noción de «conservación del objeto». A la luz del descubrimiento de la memoria procedimental podemos deducir que esta investigación mostraba que el procesamiento es común a los elementos de memoria tanto si conllevan cargas emocionales como si son neutras.

Otra de las líneas de investigación de Piaget ejemplifica la noción de «implícito» sobre la que me extenderé más adelante. En una investigación dirigida por su colaboradora especializada en lingüística, Herminia Sinclair (1967), comprobamos que los signos implícitos y contextuales son fundamentales en el desarrollo del lenguaje. Así, cuando señalábamos un camión de juguete entre muchos otros objetos y, sin embargo, decíamos «perro» o cualquier otra palabra, los niños en los estadios iniciales del habla, no hacían caso de la palabra sino de nuestro gesto y nos daban el camión.

En conjunto, las aportaciones de Lacan, Chomsky, Piaget y Sinclair indican que operan modos de procesamiento inconsciente. Aunque parezca un contrasentido, ya que las manifestaciones del inconsciente nos parecen, precisamente, ilógicas y absurdas, Freud mostró que obedecían a las reglas de la lingüística (símbolo, metáfora, metonimia, etc.). También, en dos de sus obras sobre los fenómenos más peculiares, *El chiste y su relación con el inconsciente* (1905b), y *Los actos fallidos* (1915-7) mostró que la

reacción que provoca el chiste es debida al repentino descubrimiento de una relación lógica oculta entre dos elementos aparentemente inconexos. Así, el conferenciante que comete un lapsus comenzando una conferencia con la frase «Para acabar...» delata su deseo inconsciente mediante un contrario. En la clínica observamos que el repertorio de transformaciones es extenso, pero, a pesar de ser aparentemente absurdas, responden siempre a una relación lógica.⁸⁷

El inconsciente implícito

Más recientemente, el Grupo de Boston (BCPSG) ha elaborado la noción de «inconsciente implícito», que guarda cierta similitud con la noción de Piaget, hecho comprensible ya que uno de sus miembros, Daniel Stern (1934-2012), fue profesor en la Universidad de Ginebra. Una de las investigaciones que ejercieron una gran influencia sobre Stern (1985) fue la de Jay Rosenblatt, que comprobó que las crías de piojo sacados del nido volvían a este tiempo después, ya adultos, aunque la madre ya no estuviera. Esta observación formaba parte de las investigaciones sobre el *imprinting* y demostraba que los aprendizajes están orientados a la búsqueda de protección, se forman en edades sumamente precoces y quedan sólidamente registrados, aunque no se utilicen durante largos periodos.

El objetivo general del Grupo de Boston es el estudio de los procesos de cambio terapéutico. Parte de la teoría del *attachment* de John Bowlby y la hipótesis básica de que el psiquismo se orienta hacia la relación protectora. Así, asumen y aplican la teoría de los patrones relacionales a la díada terapéutica formada por el paciente y el terapeuta. Sobre estas bases, el grupo ha elaborado la noción de «conocimiento relacional implícito» (CRI) para referirse al conocimiento mutuo que se forma entre los miembros de la díada terapéutica. Como en la díada primaria (madre-bebé), sus miembros interpretan de forma inconsciente las pequeñas señales y deducen lo que siente el otro, lo que pueden esperar y otros aspectos de la relación a fin de conservarla. Este es el fenómeno que antes he explicado que se da entre los miembros de la pareja en su fase de formación. El Grupo (BCPSG, 2002 y 2007) remarca que el CRI no se forma a partir de la comunicación no verbal ni es un fenómeno cognitivo, sino relacional y emocional, por la interpretación inconsciente que atribuye significado implícito a las señales del otro. Es, en definitiva, un tipo de información (memoria) con un modo de procesamiento específico al servicio de la necesidad básica de conservar el objeto protector.

El inconsciente implícito tiene en común con las nociones de inconsciente de Piaget y Lacan que hemos visto que no se forma por la represión. Igualmente, todos estos tipos de inconsciente tienen un efecto estructurante sobre el sujeto (o la subjetividad) y sus relaciones con el entorno (que para Piaget es el entorno físico y para Lacan la intersubjetividad). Por el contrario, el inconsciente implícito se diferencia porque no existe fuera de los sujetos (no es «inmanente» según los conceptos de Spinoza y Kant), ni tampoco es innato ni universal como había pensado Jung, sino que se forma a partir de cada relación y es particularísimo de cada una, por lo que el conocimiento relacional implícito que una misma persona forma en cada una de sus relaciones, contiene

elementos particulares, procesados o interpretados de modo particular también. Es, pues, el terreno de la sutileza más extrema, y ello de forma inconsciente.

Por otra parte, el conocimiento relacional implícito no se almacena en la memoria en forma de imágenes u otros elementos concretos, sino en forma de procedimientos e interpretaciones de las situaciones o contextos. Hay, pues, una convergencia muy clara entre el concepto de inconsciente implícito y los conceptos de memoria de procedimiento, contextual e implícita elaborados por Kandel y otros autores (Coderch, 2010 y 2012; Ansermet Magistretti, 2004 y 2007), ya que todos estos tipos de memoria forman atribuciones de significado. Lo relevante es que esta interpretación no es consciente, como tampoco lo es la percepción global de las situaciones o los pequeños detalles a partir de los cuales se forma. Así, en la observación que llamó la atención de Stern, los piojos bebés no reconocían el nido donde nacieron por detalles determinados, sino por un conjunto difícil de hacer explícito pero sin embargo reconocible. El BCPSG (2002) precisa que no debemos situar el inconsciente implícito en la profundidad de la mente, sino a «nivel local» (*local level*), ya que son indicios que están a la vista en cada situación y relación.⁸⁸

En sus investigaciones, otro miembro del Grupo de Boston, Karen Lyons-Ruth, remarca que los bebés prestan una gran atención a las señales de la madre y los interpretan de forma continua, pero esta actividad perceptiva e interpretativa no es como las demás funciones intelectuales. Mientras estas se activan o se detienen y el sujeto es consciente de estarlas realizando, la percepción e interpretación de las señales de la madre es continua, inconsciente y determina reacciones psíquicas profundas, impulsada por la necesidad de mantener la relación protectora, es decir, tiene una finalidad adaptativa (BCPSG, 2007). Antes de continuar, quisiera recordar por un momento que este tipo de percepción e interpretación también se produce en las relaciones de pareja por las mismas razones.

El concepto de «nivel local» recuerda el análisis de Lacan del cuento *La carta robada* de Edgar Allan Poe para explicar el inconsciente y su papel en la intersubjetividad. Poe relata que la reina francesa tenía en sus manos una carta de su amante, cuando oyó llegar su esposo, acompañado por el jefe de policía. Sorprendida en el acto, solo tuvo tiempo de meterla dentro de un sobre que dejó en la repisa de la chimenea. Astutamente, confiaba en que, estando tan a la vista, pasara desapercibido al rey. No obstante, no pasó desapercibido al jefe de policía, que sospechó y lo cogió, sustituyéndolo por otro. En aquella situación, la pobre reina no podía decir nada, ya que se delataría a sí misma delante de su esposo. Hasta aquí Lacan hace una analogía con el inconsciente, como algo que el rey (la conciencia) no ve aunque no está escondido sino bien a la vista. Sin embargo, el cuento y el análisis de Lacan continúan.

La reina contrató al detective Dupin para que encontrara la carta en la residencia del jefe de policía, pero este, presuponiendo que estaría bien escondida, la buscó infructuosamente por rincones y cajones. Ensayando otra estrategia, Dupin pidió ser recibido por el jefe de policía y, durante la visita, vio un sobre arrugado, con apariencia de haber sido dejado allí descuidadamente, como algo sin importancia y desechable.

Mediante una hábil maniobra distrajo la atención del jefe de policía y «le devolvió la moneda», sustituyendo el sobre por otro similar, como había hecho el policía en los aposentos de la reina. Así recuperó finalmente la carta y así explicaba Lacan que el inconsciente es algo que está siempre a la vista pero, por la actuación de la censura, no es percibido y, como la carta, pasa secretamente de mano en mano, condicionando los sentimientos y las relaciones.

7.1.3. Las neuronas espejo y la pareja; la empatía y el reconocimiento

Otro descubrimiento trascendente de la neurociencia son las neuronas espejo, con un enorme abanico de implicaciones, que abarca desde las relaciones de pareja hasta algunas creencias que la humanidad tiene desde siempre. Como dice el eminente neurólogo Ramachandran (2000), este descubrimiento es tan relevante para la psicología como lo fue el del ADN para la biología.

También ha generado una avalancha de investigaciones. No obstante, revisando algunas he tenido la impresión de que muchas se refieren a los mismos fenómenos, aunque bajo otros nombres o conceptualizaciones, o al contrario, un solo concepto se refiere en realidad a procesos psicológicos distintos. Así, se han relacionado las neuronas espejo con la empatía, la intersubjetividad, la introspección, la autoconciencia, la función reflexiva, el *self*, la imitación, el aprendizaje, el desarrollo del lenguaje, las sensaciones propioceptivas... y mucho más si incluimos los procesos fisiológicos que desencadenan estas neuronas. En cambio, no se han estudiado sus implicaciones en la conexión emocional de la pareja, que desarrollaré tras explicar el descubrimiento.

El primer hecho notorio, remarcado por los propios autores, es que realizaron el descubrimiento neurológico casi por azar y trabajando en otra disciplina, como es la etología. Los neurólogos italianos Giacomo Rizzolatti, Leonardo Fogassi y Vittorio Gallese estudiaban la actividad neuronal asociada al movimiento en primates. Estos llevaban electrodos en el lóbulo frontal y cuando en un descanso Fogassi tomó un plátano, observó que el monitor indicaba actividad cerebral en uno de los primates que le estaba mirando. Pensó que había una mala conexión, ya que los electrodos no estaban colocados en la parte sensorial o perceptiva, sino a la premotora de los macacos, y por lo tanto solo tenía que estar activa si estos impartían órdenes de movimiento. No obstante, el dispositivo estaba bien colocado y observaron la misma reacción una y otra vez. También constataron que lo que estimulaba las neuronas premotoras no era ver el plátano (lo que correspondería a la conocida asociación descubierta por Pavlov), sino ver que Fogassi lo cogía. Llegaron así a la conclusión de que la percepción de un acto crea la anticipación a realizarlo, de hecho era la anticipación a la imitación.

Era sin duda un descubrimiento revolucionario, ya que se suponía que cada parte del cerebro (motor y sensorial) se estimula mediante sus propias conexiones, y no por acción directa de una sobre la otra (excepto en los actos reflejos). Había todavía dos implicaciones más de significado revolucionario. Una era que estas neuronas producen conductas de imitación que, por tanto, también tenemos los humanos, contrariamente a

nuestra creencia secular. La otra implicación es que este proceso no pasa por la conciencia y la voluntad y tiende a ser automático (aunque pueda ser abortado consciente y voluntariamente).

El grupo escribió esta experiencia y la envió a la revista generalista de ciencia *Nature*, pero esta no la encontró suficientemente interesante para publicarla. Sin embargo, el grupo continuó investigando estos fenómenos. t años después, la publicaron en la revista especializada *Brain* (Gallese y otros, 1996), y despertaron un gran interés en otros investigadores que replicaron el experimento y analizaron las implicaciones. Finalmente, los autores definieron el concepto de «neuronas espejo» para referirse al sistema de neuronas premotoras del córtex frontal que se excita con la percepción de acciones de otro (animal o persona) (Rizzolatti y Craighero, 2004). Más adelante se ha podido constatar que estas neuronas no se hallan solamente en las regiones motoras del cerebro (circunvolución frontal inferior y la corteza parietal inferior), sino también en las regiones involucradas en la visión y la memoria y otras localizaciones.

Este efecto ya había sido observado en las célebres investigaciones de Meltzoff (1977), en las que observó que los bebés imitaban sus expresiones y muecas faciales. Piaget (1937) había descrito también este fenómeno, si bien en otro contexto. Había observado que cuando los niños pequeños quieren abrir una caja, reproducen con su boca el movimiento de la caja al abrirse. Para Piaget esta conducta indicaba que el niño tenía una representación mental anticipada del fenómeno que quería producir.

La empatía

La primera y más genérica implicación es sobre las convicciones (tanto científicas como populares) sobre la diferencia entre el hombre y los demás animales. Siempre se ha mantenido que, a diferencia de los humanos, que tenemos la capacidad de aprendizaje comprensivo, el resto de animales «solo imitan» las conductas que ven. La existencia y funcionamiento de las neuronas espejo muestra que los humanos también imitamos y que, por otra parte, la imitación es fundamental porque crea redes neuronales y representaciones mentales.

Uno de los fenómenos explicados por esta clase de neuronas es la empatía o la capacidad para comprender los estados emocionales del otro. Gallese (2001) ha profundizado en este aspecto constatando que algunas regiones cerebrales (el córtex cingular anterior y la ínsula) se activan cuando se experimenta una emoción y también cuando se observa la emoción en otra persona. Como es obvio, este fenómeno es crucial para el entendimiento entre la madre y el bebé y su supervivencia. En la dimensión evolutiva de la especie, este hecho explica la capacidad de comprender los estados emocionales de los demás, una de las bases principales, si no la principal, de la cooperación y la formación de comunidades. Esta capacidad es, pues, la base de una mejor protección y condiciones de vida en la naturaleza, y sus efectos abarcan desde el desarrollo del lenguaje, hasta los intercambios que posibilitan la expansión del conocimiento, la tecnología y la misma evolución cultural.

Si a estos efectos de las neuronas espejo sumamos los de la plasticidad neuronal, comprendemos mejor la extraordinaria capacidad adaptativa de la especie humana. Uno

de los hechos clave de esta es la inmadurez de nuestro sistema nervioso al nacer, que posibilita que la maduración después del nacimiento incorpore numerosos aprendizajes. Estos son transmitidos por la interacción con los progenitores u otros, con el resultado final de una adaptación más precisa al entorno actual. Hasta aquí, podemos apreciar cómo se entrelazan empatía, cooperación, aprendizaje y adaptación.

Por otra parte, la relación que Gallese establece entre las neuronas espejo y la empatía tiene implicaciones evidentes para la pareja. Me llamó la atención una investigación en la que se examinaban las ondas cerebrales de dos guitarristas interpretando una partitura para dúo. Las ondas de ambos mostraban una perfecta similitud, tanto durante la ejecución, como en los momentos previos de concentración y los posteriores de relajación. La única precisión que hay que tener en cuenta es que hay dos interpretaciones. Una es que ambos se influían mutuamente. La otra es que la coincidencia de las ondas fue debida a que ambos estaban realizando la misma tarea en el mismo momento. Queda, pues, abierta la cuestión, pero, en todo caso, demuestra que los cerebros de una pareja haciendo lo mismo se sincronizan.

Como hemos visto, las redes neuronales se adaptan a las nuevas experiencias, lo que permite suponer que la empatía en la pareja crea nuevos circuitos y lo mismo podemos aplicar al conocimiento relacional implícito. Sin duda, el enamoramiento inicial debe ser un momento privilegiado para estas modificaciones neuronales, dado que la activación y carga emocional con la que los enamorados están el uno pendiente del otro es sin duda superior a la del primate que estaba pendiente de Leonardo Fogassi.

Unos de los estudios sobre la implicación de las neuronas espejo son los de Ramachandran (2000), entre los que destacaré los referentes a la formación de la conciencia de sí mismo. Según Ramachandran (2009), las neuronas espejo pueden «actuar hacia dentro», un giro producido por la inhibición de la respuesta motora, con el efecto de que la excitación sensorial, en lugar de traducirse en movimiento y descargarse hacia el exterior, se traduce en sensaciones internas.⁸⁹ Esta oposición entre la actividad motora y la reflexión se observa a menudo en la atención clínica y los tratamientos, en los que la intolerancia a la angustia crea agitación motriz o hiperactividad (que descarga la tensión), dando lugar a déficits de mentalización y, más en general, de elaboración emocional.⁹⁰ Según Ramachandran el «giro adentro» es el origen neurológico de la identidad, ya que produce las sensaciones internas de sí mismo que se agrupan formando una representación unitaria de sí mismo, primero corporal y después psicológica. Recordemos que la escuela de la Gestalt se fundamenta en esta tendencia a percibir como unitario lo que es discontinuo o fragmentario («principio de clausura»). Esta hipótesis refuerza la idea de los autores del *self* de la identidad como una construcción a partir de percepciones discontinuas.

Un aspecto fundamental desarrollado por Gallese y Goldman (1998) es que las neuronas espejo conducen a la comprensión del comportamiento y las intenciones de los demás. Continuando las investigaciones con macacos, secuenciaron varios actos que finalizaban de maneras diferentes. Observaron que las neuronas decodifican el mismo acto («coger») de manera diversa según fuera el resultado final de la acción. Así, las

neuronas espejo se excitaban solo cuando los macacos deducían que los investigadores se disponían a comerse el plátano. De ahí dedujeron su papel en la predicción de las acciones y las intenciones de los demás. En la teoría psicoanalítica esta capacidad se ha explicado por los mecanismos psicológicos de introyección y proyección, que parecen corresponder a la acción de la neurona receptora que percibe el acto del otro, lo interpreta «mirando adentro», es decir, introspectivamente, y proyecta en el otro las intenciones sentidas internamente. Esta sería una explicación de la formación de la «teoría de la mente» incorporando este descubrimiento.

El neurólogo Pablo Rudomín (2001), premio Príncipe de Asturias en 1987, resumía así la función psicológica relacional de las neuronas espejo:

El cerebro requiere tiempo para hacer sus relaciones. La información se acumula. En cambio, el conocimiento se estructura cuando las neuronas se relacionan. Después de todo, nosotros somos lo que son nuestras neuronas: una red que conecta con las otras redes que son los otros mediante las neuronas espejo. Ahora se discute si están o no en el área de Broca, la del lenguaje... Yo intuyo que actúan más bien en red, pero lo esencial es que nos permiten entrar en resonancia con los demás: compartir información, sensaciones, emociones y sobre todo solucionar problemas juntos.

La inteligencia es saber resolver un problema y el problema es siempre un cambio en el medio. El aprendizaje consiste en transformar la información en conocimiento. El cerebro solo retiene lo que le es útil, lo que utiliza. Por ello el premio Nobel Charpack propone el modelo: ninguna información al estudiante sin la experiencia, sin el experimento.

Esta explicación concuerda con lo que sucede en la pareja, en la que se crea una compleja red de proyecciones y introyecciones mediante las cuales los individuos se reconocen uno en el otro. Así podemos incluir el reconocimiento, del que tanto hemos hablado desde varios puntos de vista, dentro de los efectos psíquicos de las neuronas espejo. En la pareja, el reconocimiento y las atribuciones que provienen del otro influyen en la definición de sí mismo. Las neuronas espejo tienen así el efecto de consolidar la propia personalidad en base a los elementos que son reconocidos por el otro. Por otra parte es evidente que sin la acción de las neuronas espejo, el entendimiento de pareja sería extremadamente difícil y no contaría con lo que Ramon Riera (2010) define como «conexión emocional»: la capacidad de «sentir lo que siente el otro». En capítulos anteriores he enfatizado el contrato narcisista de la pareja, que ahora podemos considerar una construcción subjetiva a partir de los efectos de las neuronas espejo.

Antes de pasar al siguiente apartado, quisiera despedirme del grupo descubridor de las neuronas espejo recordando que, conscientes de que han transgredido una convención cultural, remarcan el hecho de que el estudio de los animales nos haya llevado a un descubrimiento tan trascendente sobre los humanos.

7.2. Fisiología del amor: estructuras y sustancias

En este apartado veremos las estructuras cerebrales y las sustancias más relacionadas con la emoción amorosa y la sexualidad. También veremos las que están relacionadas con la memoria por su importancia general en el psiquismo y en las relaciones de pareja. Por la

complejidad de la biología de la mente, he optado por una presentación funcional, agrupando las estructuras y las sustancias que producen o están relacionadas, en lugar de explicar primero las estructuras y luego las sustancias.

7.2.1. El hipotálamo

La más importante de las estructuras cerebrales relacionadas con el amor es el hipotálamo, que tiene la función de enlazar el sistema nervioso con el sistema endocrino, actuando sobre la hipófisis o glándula pituitaria que, entre otras funciones, regula la producción de hormonas. Además de la acción sobre la hipófisis, el hipotálamo controla la temperatura corporal, el hambre y la sed, el cansancio, el sueño y los ritmos circadianos (estados de vigilia y sueño).⁹¹ Así, el hipotálamo es considerado la estructura cerebral más relevante en la sexualidad y las emociones esenciales para la supervivencia como la agresividad.

El hipotálamo está situado bajo el tálamo, que a su vez está situado bajo el córtex cerebral. Fundamentalmente, recibe información del tálamo, que está situado en el centro del cerebro, donde recibe las conexiones de prácticamente todo el sistema nervioso (con la excepción del nervio olfativo) y actúa como un distribuidor general de impulsos y regula los estados de vigilia y reposo. Gráficamente, se le considera una especie de interruptor general de todo el funcionamiento del sistema nervioso. Dirige los impulsos sensoriales y motores desde el córtex hacia el hipotálamo, de donde parten los impulsos que producirán hormonas y otros procesos fisiológicos. Así como el tálamo es «neutro» (solo distribuye), el hipotálamo promueve reacciones específicas. Entre los sistemas orgánicos que reciben su influencia, los más importantes son los que forman parte del llamado «sistema neurovegetativo», formado por los sistemas simpático y parasimpático que regulan varias funciones corporales a través de la médula espinal.

El sistema simpático pone al organismo en estado de alerta mediante la acción de la adrenalina y la noradrenalina, que aumentan la frecuencia cardíaca y dilatan los bronquios, oxigenando más la sangre y los músculos. También es llamado «adrenérgico», ya que proporciona más energía y fuerza para la fuga, el ataque u otras respuestas diversas, incluyendo la excitación amorosa y sexual.⁹²

Por el contrario, el sistema parasimpático pone al organismo en estado de reposo. Este sistema tiene una incidencia muy directa, pero muy compleja, sobre la relajación asociada a la sexualidad. Su efecto psicológico es de receptividad pasiva (opuesta a la receptividad excitada o activa promovida por el sistema simpático). Brevemente, el sistema parasimpático se activa en situaciones protegidas y seguras.

Resumiendo, el funcionamiento simpático pone al organismo en alerta y lo prepara para la acción ante amenazas inmediatas a la supervivencia (incluida la estabilidad interna: constantes de temperatura corporal, frecuencia cardíaca, etc.) y conlleva gasto de energía. Por el contrario, el funcionamiento parasimpático recupera el funcionamiento habitual, con una atención más amplia y receptiva hacia el contexto general y el largo plazo.

El hipotálamo regula las constantes internas relacionadas con la supervivencia mediante un circuito de transmisión con un *feedback* extremadamente sofisticado. Está conectado con la hipófisis mediante una pequeña estructura de capilares sanguíneos significativamente llamada «sistema portal», ya que es una vía de comunicación. El hipotálamo recibe los estímulos que llegan (del exterior y del interior del organismo) y los procesa segregando hormonas que actúan sobre las glándulas hormonales. Estas son de hecho «mediadoras», puesto que, a su vez, segregan hormonas selectivas, que estimulan los receptores nerviosos de determinados órganos «diana» (entre ellos, los ovarios, los testículos, el corazón, los pulmones, etc.).

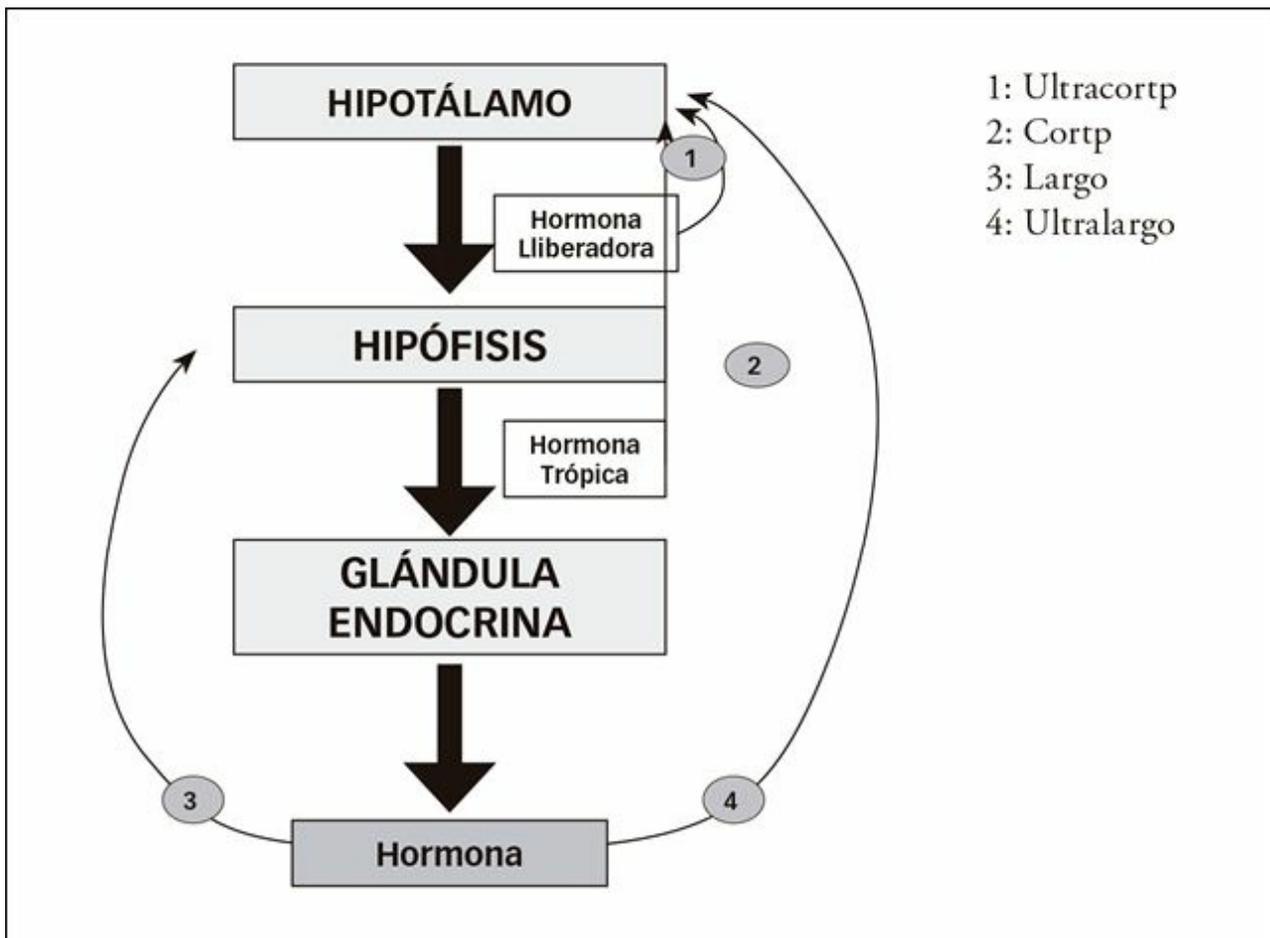


Figura 19. *Feedback* del eje hipotalámico-hipofisario.

Posteriormente (en tiempo infinitesimal), el hipotálamo recibe nuevamente información de las variaciones provocadas en los órganos «diana» y regula el flujo de sus propias secreciones, que volverán a estimular las glándulas mediadoras con los efectos que hemos visto. La finalidad última del *feedback* es regular el aporte hormonal adecuado a la situación. Todo el circuito (de hecho, son muchos circuitos simultáneos) es regulado de acuerdo con las necesidades internas y externas. Aunque mide tan solo 12

x 6 milímetros y pesa 600 miligramos, tiene un efecto e importancia enormes ya que regula la homeostasis o equilibrio interno necesarios para la adaptación.

7.2.2. La hipófisis

La adenohipófisis: las hormonas sexuales

Las sustancias del amor son, por excelencia, las hormonas. Su producción se inicia en la adenohipófisis (una parte de la hipófisis). Simplificadamente, las hormonas segregadas por la adenohipófisis se vierten en el torrente sanguíneo e inician la reacción «en cadena» propia de las hormonas, es decir, unas provocan la segregación de otras. Las hay de seis tipos, cada una de las cuales tiene un tipo de acción específico sobre los órganos «diana».

Las hormonas más relevantes son las gonadotropinas, que estimulan las gónadas o glándulas sexuales. Uno de los tipos de gonadotropinas, los testículos, produce la testosterona y otros similares que estimulan el desarrollo de los caracteres sexuales masculinos. Obviando los cambios anatómicos de la adolescencia, ya suficientemente conocidos, la producción de testosterona se relaciona con la energía vital, la fortaleza muscular y ósea y la agresividad, básicas para las funciones naturales de procurar alimento y defensa, así como la apetencia sexual, es decir, reproducción. Curiosamente se ha comprobado que después de tener hijos hay una menor producción de testosterona, lo que se interpreta como un mecanismo biológico que permite un mejor cuidado de la descendencia (Kuzawa, 2011).

El otro tipo de gonadotropinas son los ovarios, que producen los estrógenos u hormonas sexuales femeninas que estimulan el desarrollo de los caracteres sexuales femeninos. Obviando también los cambios anatómicos, su producción se relaciona con la receptividad y la atención a los pequeños indicios, que podemos relacionar con las funciones naturales del cuidado de las crías y de protegerlas de peligros naturales varios: picaduras de insectos, contaminación de la comida, etc.

Otras hormonas segregadas por la adenohipófisis son las somatotropas, que regulan los órganos corporales. La fuerte influencia de las emociones sobre la adenohipófisis explica que, mediante las hormonas somatotropas, provoquen reacciones en los órganos corporales, que son pues psicosomáticas, como las explicadas en el análisis de una escena de la película *Un dios salvaje* de Román Polanski (Llovet, 2012).

Las feromonas

Las feromonas son las precursoras históricas de las hormonas sexuales que hemos visto y solo son producidas de manera significativa en animales con sistemas nerviosos notablemente menos desarrollados que los humanos. Son, pues, propias de especies con escaso desarrollo de las estructuras cerebrales superiores (el córtex y el neocórtex), propias de animales «racionales».

El término feromona proviene del griego φέρω («llevar», «transportar») y ὁρμόνη («hormona», «estímulo») y su especificidad es que no estimulan al propio ser que las produce sino a otros, de ahí la etimología de «estímulos transportados». Más

concretamente, estimulan la actividad sexual de los individuos de la misma especie y género opuesto. Son, pues, los agentes de la supervivencia de la especie.

Los diversos estudios para saber si los humanos aún las producimos no han llegado a conclusiones ciertas debido a dificultades metodológicas insalvables, ya que las feromonas son básicamente olores y no es posible aislarlas suficientemente de los demás olores corporales humanos. No obstante, existen los rastros evolutivos, ya que los órganos detectores de los olores están presentes en los fetos humanos, mamíferos, primates y aves, si bien parecen estar atrofiados o ausentes en los adultos. Los investigadores piensan, pues, que las feromonas han evolucionado transformándose en las hormonas ya explicadas. Así, a partir de cierto nivel evolutivo, no hay hormonas «transportadas» o si existen, sus receptores están atrofiados.

Kandel (2013: 489) explica algunas investigaciones que demuestran que las feromonas son imprescindibles para la maduración de los circuitos neuronales que intervienen en los rituales nupciales y las preferencias sexuales. Así, la administración de feromona masculina en hembras de *Drosophila* (mosca del vinagre) hace que realicen el ritual típico de los machos con otras hembras y viceversa. Las conclusiones de estas investigaciones son que las feromonas tienen una función madurativa y comunicativa (hacer madurar las glándulas sexuales de los demás). En las especies superiores, la función madurativa (sobre las gónadas) no se vehicula externa sino internamente (mediante las gonadotropas), mientras que la función comunicativa (los rituales nupciales) se llevan a cabo con recursos mucho más sofisticados como el lenguaje y todo lo que llamamos «seducción».⁹³

En *El estadio del espejo*, Lacan (1966) refiere investigaciones sobre este efecto en las aves domésticas para explicar los efectos de los demás sobre uno mismo o la intersubjetividad de la que hemos hablado abundantemente en capítulos precedentes. Lacan señaló que un individuo solo, sin la visión estimulante de un congénere de sexo opuesto, no madura sexualmente.

Otras feromonas importantes son las que comunican alarma, señalización de alimentos, estatus jerárquico, todas ellas bien estudiadas en las colonias de insectos, en vertebrados inferiores y en plantas.⁹⁴ Sus funciones están relacionadas con las conductas de conservación del individuo y de la especie, incluyendo la protección y la reproducción. Es interesante constatar que en la evolución de las especies, las feromonas han sido sustituidas por señales comunicativas más sofisticados, como en los rituales nupciales.

La neurohipófisis: la oxitocina y la vasopresina

Otra parte de la hipófisis es la neurohipófisis, que segrega oxitocina y vasopresina.

La oxitocina es llamada la «hormona del amor» y también del *attachment* ya que tiene el efecto de crear vínculos, tanto entre madre y bebé como de pareja. Se segrega en cantidades máximas durante el parto, en cantidades menores en el orgasmo y también en cantidades ínfimas (pero no desprovistas de efectos psicológicos) en todo tipo de contactos interpersonales, incluidos un apretón de manos, un beso de saludo, etc. Este hecho explica el mecanismo fisiológico por el cual las conversaciones, el contacto físico,

etc. crean vínculos relacionales y estimulan el desarrollo. Entre sus acciones fisiológicas, provoca distensión muscular, especialmente de los esfínteres y las contracciones de la musculatura del útero que provocan el parto. También contrae las glándulas mamarias favoreciendo la succión de la leche.

Es interesante recordar que la oxitocina es desencadenada por el circuito de *feedback* del hipotálamo, que recibe las señales de la estimulación de los genitales, de la succión del pezón mamario (reflejos de Ferguson) y estimula la adenohipófisis a la producción de oxitocina. También desencadena la erección del pene y del clítoris (a pesar de que la erección en sí misma sea un proceso hidráulico, por llenado de los cuerpos cavernosos).

Las investigaciones han demostrado que la oxitocina inhibe la amígdala, que como veremos induce estados de miedo. Por tanto, la oxitocina crea el estado psicológico contrario, de confianza y seguridad. Otras experimentaciones han demostrado que aumenta la empatía. En particular, es abundante en la sexualidad y el orgasmo, pero la sensación de bienestar posterior se debe a niveles altos de serotonina, de la que hablaremos pronto.

La vasopresina tiene unos efectos complejos pero mayormente es considerada antagonista de la oxitocina, ya que se segrega en situaciones de estrés y prepara el organismo para el ataque o la fuga. Su efecto fisiológico es la vasoconstricción y por tanto, aumenta la presión sanguínea, la frecuencia cardíaca y la oxigenación sanguínea, efectos propios del sistema simpático y la amígdala (por oposición al sistema parasimpático y el hipocampo). Tiene, pues, un claro sentido activador y agresivo pero también protector porque tiene efectos anestésicos. Así, se considera que durante el parto protege al feto de un excesivo sufrimiento y de la anoxia cerebral, ya que la vasoconstricción disminuye la necesidad de oxígeno. También estimula la concentración de la atención consciente y «la memoria de trabajo», cruciales en situaciones de peligro, mientras que inhibe la memoria de largo plazo, procedimental e implícita, que resulta inadecuada a estas situaciones.

Por otra parte, tiene algunos efectos similares o complementarios a la oxitocina. Kandel (2013: 400) y Riera (2010: 172) explican experimentaciones de laboratorio en las que mientras que la administración de oxitocina predispone a las relaciones y establecimiento de vínculos, incluso a la poligamia o la promiscuidad, la vasopresina predispone a la monogamia, al sentido posesivo y a la hostilidad hacia los rivales, por lo que se la considera la hormona de la fidelidad. Esta hormona tiene, pues, un carácter difícil de precisar y no deja de sorprender que la bioquímica hile tan fino (recordemos que las experimentaciones fueron de laboratorio).

Por su relevancia para la pareja, hay que resaltar el efecto contradictorio que puede tener la vasopresina, ya que hace defender con agresividad lo que se quiere proteger, haciendo muy sutil la línea que separa el amor de su contrario. Riera explica que el antecedente evolutivo de la vasopresina, la vasotocina, creaba hostilidad hacia todo otro individuo de la misma especie, por lo que las madres reptiles atacaban y se comían a sus propias crías. Así, sobrevivieron las crías que habían surgido de huevos enterrados fuera de las rutas más habituales de la madre. En la evolución, la vasotocina se bifurca en

oxitocina y vasopresina, dando lugar a conductas maternas selectivas en las que la agresividad ya no se dirigía contra las propias crías, sino hacia los que las amenazaban.

7.2.3. El hipocampo

El hipocampo es otra de las estructuras cerebrales relevantes. Es una de las estructuras profundas más primitivas del cerebro e inicialmente fue conocido por su función olfativa. Se cree que el olfato está vinculado con esta estructura primitiva porque es un sentido fundamental para la supervivencia y, con la evolución del córtex y de las áreas donde reside la memoria de los otros sentidos, el olfato perdió su supremacía sensorial. El neurólogo ruso Vladimir Bédjterev descubrió que el hipocampo no solo transmite, sino que almacena los datos olfativos. Es sorprendente, ya que todos los otros tipos de memoria residen en zonas del córtex, lo que demuestra su gran importancia evolutiva.⁹⁵

En el hipocampo se originan las ondas theta de la fase REM del sueño (*Rapid Eyes Movement* o movimientos oculares rápidos), en la que los datos de memoria de corto plazo se transmiten a las zonas de la memoria de largo plazo. Así, el hipocampo interviene en la actualización de los registros de memoria histórica. De paso, remarcamos que esta actualización memorística parece ser una de las funciones del sueño.⁹⁶

Su vinculación al olfato hace que el hipocampo sea relevante para las relaciones de pareja. El olfato es el que delimita los espacios individuales (también en el reino animal), algo que los compañeros deben regular, razón por cual lo podemos relacionar con la membrana intradiádica. También lo podemos relacionar con la membrana extradiádica que delimita el espacio de la pareja, en el que sus propios olores, inconscientemente, hacen que los individuos se sientan seguros. Los olores producen comodidad o incomodidad con el otro y los humanos les dedicamos mucha atención y recursos (higiene, jabones y perfumes, etc.). En particular, los olores desencadenan (o disuaden) la excitación sexual y, con ella, el apego. Crean sensaciones de familiaridad, de las que hemos hablado bastante, y conocimiento relacional implícito (CRI).

El mecanismo de actualización de la memoria olfativa que desencadena el hipocampo parecería apoyar la idea de que la elección de pareja puede estar inconscientemente más influida por las sensaciones olfativas que no por otras sensaciones y parece desmentir la idea de la repetición excepto por el reencuentro de olores familiares. Quisiera finalizar esta explicación sobre el hipocampo con un fragmento en el que Kandel (2007: 488) explica autobiográficamente la experiencia de su acción en los mecanismos biológicos de la memoria:

Permiten que yo pueda embarcarme en un viaje mental a través del tiempo y evoque nuestro apartamento de Viena, con todo el conjunto de sensaciones sensoriales almacenadas: olores, sonidos, sensaciones difusas, etc.

7.2.4. La amígdala

Tradicionalmente se ha incluido la amígdala dentro del llamado «sistema límbico», considerado el «sistema emocional», si bien los conocimientos recientes han aportado una mayor precisión y actualmente ya no se utiliza esta expresión, por demasiado indefinida.

Mientras el sujeto está despierto el hipocampo mantiene una actividad de alerta moderada, pero en situaciones de estrés y de peligro se activa sustancialmente la amígdala, una pequeña glándula en el centro mismo del cerebro. Esta y el hipocampo tienen funciones opuestas, de modo que cuando se activa una, se desactiva el otro. La amígdala envía información al hipotálamo, que activa partes del córtex responsables de la atención, así como activa también el funcionamiento simpático (del sistema nervioso autónomo o neurovegetativo) que predispone el cuerpo para la acción.

Las búsquedas en psicopatología han mostrado que la amígdala tiene una actividad significativamente superior en personas que sufren trastornos límites de la personalidad, que se caracterizan por una alta conflictividad relacional. Entre los efectos de esta mayor actividad amigdalar, se ha constatado que interpretan como hostiles o terroríficas las imágenes de caras neutras. También se ha constatado que se activa cuando se siente invadido «el espacio personal». Estas constataciones explican la base orgánica de las dificultades que representan las relaciones de pareja para las personas con trastornos de personalidad. También indican que la intimidad y la invasión habitual del espacio personal que implica la vida de pareja requieren un estado de relajación, sinónimo de inhibición de la amígdala.

7.2.5. Los neurotransmisores

Los neurotransmisores son las sustancias que transmiten la información entre las neuronas y estimulan las estructuras cerebrales u órganos corporales. Los dos principales son la serotonina y la dopamina, que actúan principalmente en las conexiones cerebrales, creando estados de bienestar.

Serotonina

La serotonina activa el funcionamiento neuronal y se le llama «la hormona del humor» o «del placer». Es conocida porque los antidepresivos modernos contienen fluoxetina, que impide que la serotonina sea captada por las neuronas, con el efecto de que queda libre, dando lugar a una mayor facilidad de transmisión neuronal y, por tanto, mayor actividad.

Se mantiene en niveles bajos en los estados ansiosos, la depresión, los trastornos del sueño, la inapetencia sexual, los estados de bajo rendimiento intelectual y cognitivo (percepción, atención y memoria) y también en algunas enfermedades con hipersensibilidad emocional o dolor, como la fibromialgia. Por el contrario, se encuentra en niveles altos (no captada, libre) después del orgasmo y parece ser la responsable de la sensación de bienestar. Por esta razón, la fluoxetina crea adicción, mientras su supresión repentina crea malestar y recaídas en la depresión y la ansiedad («efecto rebote»)⁹⁷

Se relaciona la serotonina con la producción de nuevas neuronas (experimentación con ratones). Tiene, pues, un papel fundamental en la plasticidad neuronal.

Dopamina

Se llama a la dopamina «el neurotransmisor del deseo» y se localiza en varios lugares, donde cumple varias funciones. En el córtex frontal se la asocia con la atención selectiva a determinados estímulos y con el refuerzo de determinadas conductas. Se segrega cuando hay recompensas inesperadas (experiencias placenteras) y deja de hacerlo cuando la conducta no produce recompensa, extinguiéndose el acondicionamiento y la atención al estímulo. Se la asocia, pues, a las conductas adictivas y también a la satisfacción sexual.

También se localiza en el hipotálamo, donde influye sobre el sistema neurovegetativo y los estados de relajación o activación. Produce el tipo de atención relajada, induce el sueño y tiene efectos analgésicos, efectos todos ellos relacionados con la satisfacción sexual y las adicciones. Como se ve, tiene efectos similares (pero no idénticos) a la serotonina, pero profundizar en las diferencias requeriría largas explicaciones.

7.3. La función biológica del psiquismo, las emociones y la pareja

He adoptado una concepción básica del psiquismo como un sistema con la función mediadora entre el individuo (como organismo biológico) y su entorno (que inicialmente era «natural» y ha sido transformado en «cultural»). Esta concepción básica tiene su origen en la obra de Charles Darwin (1809-1882) y es fundacional en el psicoanálisis y Piaget. Además del interés por sí mismo, esta concepción es un punto de referencia para analizar las implicaciones psicológicas de la evolución cultural actual («el fin del patriarcado»), ya que, como hemos visto, un mayor desarrollo cultural conlleva mayor control de los impulsos.

La evolución cultural de la sexualidad

Uno de los hechos que diferencian a la humanidad de las otras especies es que la sexualidad toma autonomía respecto a la reproducción y, también, que se acompaña de placer.

Experimentalmente se ha comprobado que, en la mayoría de especies, las hormonas sexuales desencadenan rituales nupciales exclusivamente en época de celo, es decir, cuando la sexualidad tiene efectos reproductivos. En cambio, en especies más evolucionadas, como los primates, la sexualidad sirve a menudo para apaciguar las rivalidades de los machos. En términos hormonales, la sexualidad elimina el exceso de testosterona que impulsa la agresividad y produce las otras sustancias (oxitocina, serotonina, etc.) que tienen efectos relajantes y potencian los vínculos entre los individuos. Las hembras primates parecen consentir pasivamente, ya que no han sufrido un aumento hormonal significativo, y no tienen, por tanto, motivación propia para la sexualidad. Se ha establecido la hipótesis de que consienten por sometimiento jerárquico, o bien porque velan por la paz colectiva, lo que no sucede en especies inferiores.

El cambio sustancial en la especie humana es que las hembras ejercen la sexualidad activa fuera de los períodos fértiles y ambos géneros han desarrollado la capacidad de experimentar placer en mucha mayor medida que las otras especies. La pregunta es, entonces, cuál es la función del placer y cuándo y por qué se independizó de la finalidad reproductiva.

7.3.1. Darwin: la función de las emociones y la selección sexual

En la obra *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*, Darwin (1872) consideró las emociones como expresiones de los estados mentales con un papel fundamental en la evolución de la especie. Darwin la elaboró analizando imágenes de expresiones faciales de humanos y de otras especies que le habían enviado científicos de todos los rincones del planeta y llegó a establecer unos patrones universales de las expresiones y su evolución en cada especie, de modo que pudo argumentar sólidamente que las expresiones tenían una relación directa con la constitución del cerebro y se transmitían de una generación a otra. También llegó a la conclusión de que tenían una función comunicativa relacionada con la supervivencia o la reproducción, ya que expresaban básicamente agresividad o amistad. Así, desde la óptica evolucionista, la expresión de las emociones es una forma superior de comunicar lo que en estadios inferiores se comunica mediante sustancias como las feromonas, que, según hemos visto, estimulan la predisposición sexual, algo que los humanos hacemos mediante la palabra y otros recursos no bioquímicos, sino culturales.

Por otra parte, Darwin ya consideró las emociones (*e-motio*), como precursoras del movimiento y lo ejemplificó incluyendo en su libro una ilustración de la expresión de un perro mirando un gato, en la que se adivina la predisposición corporal del primero a iniciar la persecución. Esta imagen sugirió a Walter Cannon (1916) la afortunada expresión: «luchar o huir» (*fight or flight*).⁹⁸

En *La descendencia del hombre y sobre la selección en relación al sexo*, Darwin (1871) abordó el campo de la pareja. En la investigación de la selección sexual propuso la idea de que es la hembra quien escoge el macho y, por tanto, determina mayormente la evolución de la especie. Señaló que las hembras elegían según las necesidades biologicoadaptativas y, por tanto, escogían el macho que creían que les proporcionaría mayor protección y recursos para mantener la descendencia. La explicación del curso de la evolución de la especie era bien sencilla: la descendencia de las hembras que habían escogido mejor habían transmitido esta capacidad a la siguiente generación y estos eran los linajes que habían predominado, mientras que los otros se habían extinguido.

En un análisis detallado de los cambios anatómicos a lo largo de la escala evolutiva, Darwin concluyó que la diferencia fundamental era el desarrollo del cerebro, en el que se forman nuevas estructuras más eficientes para la protección y la obtención de recursos. A la luz de estas ideas, podemos preguntarnos por el valor evolutivo de la sexualidad y el amor, cuestión que retomaremos en las conclusiones. De momento sigamos el desarrollo que tuvieron las ideas de Darwin.

7.3.2. La biología en Freud y el psicoanálisis posterior

Como hemos comentado, las relaciones entre el psicoanálisis y la biología han sido y son complejas. Si bien en sus inicios el conocimiento psicoanalítico se fundamentó fuertemente en los conocimientos biológicos, más tarde, ambos tipos de conocimientos han entraron a menudo en conflicto. Temas relacionados con la pareja, como son la concepción de la sexualidad, de los instintos y del sentido general de la evolución del psiquismo, han sido puntos del conflicto. Entre las polémicas en estos temas son significativas las que se mantuvieron con Wilhelm Reich y John Bowlby,⁹⁹ en las que surgen algunas de las diferencias entre las perspectivas psicoanalíticas intrapsíquica y relacional.

Wilhelm Reich

Anteriormente me he referido a la vertiente cultural y política de Wilhelm Reich (1897-1967). Ahora trataré su vertiente biológica, en la que algunas de sus obras conservan vigencia.

En el estudio *La función del orgasmo* (1927), Reich señaló su papel en el funcionamiento psíquico y la psicopatología que se deriva de las disfunciones sexuales. La idea básica es que el orgasmo es una descarga de energía necesaria para el equilibrio psíquico, mientras su ausencia genera patologías psíquicas y somáticas.

En la siguiente obra psicoanalítica, *El análisis del carácter* (1933), que aún hoy es una referencia, exponía que la represión del instinto sexual y de la circulación de la energía corporal, crean patologías del carácter y bloqueos musculares o «corazas» fuertemente arraigadas en el cuerpo. Esta hipótesis fue uno de los fundamentos de importantes desarrollos dentro del campo psicoanalítico, entre otros, los estudios sobre patologías psicosomáticas y las investigaciones de Anna Freud sobre los mecanismos de defensa. Sin embargo, los trastornos de carácter y las «corazas musculares» se revelaron muy resistentes a la psicoterapia psicoanalítica (mediante la palabra). Influido por las concepciones orientales que consideran el cuerpo y la mente como una unidad indisociable, Reich se fue radicalizando e inició tratamientos que incluían ejercicios físicos y, lo que es más importante, contacto físico entre el paciente y el terapeuta, algo taxativamente proscrito en psicoanálisis. Por esta y otras razones, fue excluido de la sociedad psicoanalítica y, perseguido por el nazismo, se exilió a Estados Unidos donde continuó sus investigaciones en el ámbito biológico.

Allí desarrolló nuevas líneas psicoanalíticas. Influyó en el naciente «psicoanálisis del Yo», en algunas corrientes de la Gestalt y sus alumnos Alexander Lowen (creador de la «bioenergía») y Arthur Janov (creador del «grito primal» -*Primal Therapy*) iniciaron nuevos métodos terapéuticos centrados en el cuerpo. En Ginebra conocí especialistas y pacientes de estas terapias, a menudo reticentes al psicoanálisis por varias razones, que recurren en la verbalización, pero no como recurso único, sino para elaborar mentalmente las vivencias corporales experimentadas y los elementos que han emergido a la conciencia (recuerdos, sensaciones, emociones, etc.).

Utilizan también ejercicios perceptivos de la Gestalt que permiten una reestructuración de los modelos de relación interpersonal (con parejas o en general) e incluyen la verbalización posterior para integrar en la mente la experiencia vivida. Igualmente, los ejercicios corporal-energéticos de la bioenergía de Lowen, se acompañan de verbalizaciones y conducen a cambios importantes en las relaciones personales, pero sobre todo en la relación con el propio cuerpo y, por tanto, en patologías musculares derivadas de la tensión.

La terapia primal de Janov tiene un efecto más radical sobre el funcionamiento interno. Se basa en la idea de llegar a una liberación emocional mediante la reproducción del «grito primal» (*Primal Scream*), el primer grito al nacer. A pesar de que la práctica de la terapia primal es completamente diferente de la psicoterapia psicoanalítica, se basa en algunas de las primeras ideas psicoanalíticas. La idea central de que la regresión a los estados emocionales primitivos permite que el psiquismo se reestructure de una manera más sana, se encuentra ya en los primeros estudios de Freud y, sobre todo, de Ferenczi y encontramos la referencia al primer grito en Otto Rank y otros.

Conocí detalladamente el caso de Claude, de 26 años, que se había iniciado en esta terapia en Estados Unidos ya que tenía un carácter hiperactivo que le causaba todo tipo de problemas, incluidos problemas psicosomáticos, y la estaba continuando al trasladarse a Ginebra. Dentro de su habitación había instalado una cabina de madera aislada acústicamente para practicar diariamente la experiencia del «grito primal». Sin embargo, en su ciudad no había encontrado apoyo para elaborar lo que surgía en su mente durante estas experiencias, tal como hacía en Estados Unidos, y buscó una psicoterapia. De Claude destacaría que necesitaba mantenerse físicamente activo, si no se angustiaba (razón por la cual rechazaba el psicoanálisis). Tenía, pues, dificultades para mentalizar (y no simplemente experimentar) sus emociones. Esta dificultad repercutía en sus relaciones de pareja, con una gran intolerancia a las diferencias de opinión y pequeños conflictos, lo que le abocaba a rupturas. Este caso es un ejemplo de las nuevas posibilidades terapéuticas que abrió Reich para trastornos inaccesibles a la terapéutica psicoanalítica convencional.

John Bowlby

La polémica con John Bowlby no se inició en el campo biológico, pero recibió en este un impulso definitivo. En capítulos anteriores he explicado algunos aspectos de la obra de Bowlby. Ahora quisiera señalar algunos puntos de su aportación sobre la vertiente biológica del psiquismo que han dado lugar a desarrollos fundamentales del psicoanálisis relacional.

Por experiencias personales y profesionales ya explicadas, Bowlby creía firmemente que las separaciones de los niños de sus ambientes familiares son nocivas y que las relaciones emocionalmente significativas son fundamentales para el desarrollo psíquico. Aunque esta convicción era compartida con otros psicoanalistas, incluida Melanie Klein, no estaba reflejada en la teoría psicoanalítica, especialmente en la teoría de los instintos. Según esta, la necesidad de sentirse protegido parecía excesivamente genérica y poco determinante del desarrollo específico de cada niño.

De manera más amplia, mientras la comunidad psicoanalítica estaba concentrada en el estudio de lo intrapsíquico, Bowlby mantenía su interés y el contacto con las investigaciones en el campo de la biología. Su hipótesis también era tenida en cuenta por varios investigadores en este campo, entre los que destacaré a los estudiosos de los comportamientos de los primates (Harlow, 1962) y de otras especies (el grupo de Lorenz) así como de los mecanismos biológicos adaptativos (Piaget, 1967). En este contexto, el descubrimiento del *imprinting* dio a Bowlby un argumento de primer orden para afianzarse en la convicción de que la búsqueda de protección y cuidado es un instinto primario y determina la evolución del psiquismo por adaptación a la madre o cuidador.

Una de las implicaciones de la teoría del *attachment* de Bowlby surge de la noción de «objeto». Mientras en la teoría clásica, el objeto es interno, para Bowlby es externo. Aunque Klein admitió que la respuesta materna (un elemento externo, pues) influye en el desarrollo psíquico, concibió que la noción de objeto en la mente del bebé está básicamente determinada por las proyecciones e introyecciones, es decir, por elementos internos. Por el contrario, Bowlby concibió el objeto como una realidad externa que, por necesidades de apego y adaptación, ejerce una profunda influencia en la estructuración psíquica. Como señala Marrone (2001: 172), varios psicoanalistas británicos asumen explícita o implícitamente esta noción de objeto, propia de la perspectiva relacional. Así, el concepto de «falla básica» de Balint, la formulación de Winnicott «no hay un bebé sino una relación entre él y el cuidador» y la de Fairbairn «no hay libido sin objeto». También Kohut, fundador del psicoanálisis del *self* en Estados Unidos, concibió que este (el *self*) no es una producción interna sino que surge de las interacciones reales.

Otra de las implicaciones del *attachment*, también característica de las corrientes relacionales, es la discrepancia básica con la teoría freudiana del narcisismo primario. Mientras que para esta en un primer estadio el bebé dirige su carga afectiva hacia sí mismo, el *imprinting* indica que la carga emocional está dirigida hacia el otro desde el inicio. Ciertamente, los descubrimientos de la plasticidad neuronal y las neuronas espejo parecen confirmarlo, ya que muestran que el psiquismo es muy permeable a la influencia externa y, como insistió Piaget, requiere la interacción y el ejercicio para madurar y desarrollarse. Por otra parte, si bien la formación de redes neuronales parece explicar la formación de un objeto interno, su continua actualización relativiza la idea de que su influencia sea tan determinante como postuló Klein.

7.4. Conclusiones y perspectivas

En este último apartado quisiera apuntar algunas conclusiones con dos puntos de referencia. Uno es el de los conceptos clásicos de la biología evolucionista según los expone Piaget en *Biología y conocimiento* (1967), sobre las relaciones entre los individuos y sus entornos, especialmente sobre la influencia que ejercen estos sobre el desarrollo psíquico, ya que es un tema relevante para la pareja.

El segundo punto son las relaciones de causa-efecto, ya que hemos visto que los modelos «unicasales» se revelan insuficientes para captar la compleja interacción de factores, como reflejan también otros autores de mi entorno (véase Coderch, 2010). En un trabajo anterior (Llovet, 2010b) exploré la aplicación al campo de la pareja del modelo CAS (*Complejo Adaptive Systems*) de John Holland, que curiosamente conocí en el ámbito de la ciencia política (Klijn, 2007). Posteriormente he continuado apreciando la ayuda que aporta a la comprensión de las interacciones de pareja. Como veremos, este tipo de modelos contribuyen a superar esquemas demasiado rígidos para comprender la complejidad y el dinamismo que Darwin (1871) ya apreció en los sistemas vivos.

7.4.1. La relación entre los individuos y sus entornos

Darwin fundamentó sus hipótesis en las ideas del biólogo Jean Baptiste Lamarck (1744-1829), precursor del evolucionismo, que había distinguido entre caracteres heredados y adquiridos y propuso la idea de que los caracteres adquiridos también se transmiten hereditariamente. No concebía, pues, la herencia como algo fijo, sino que incorpora las variaciones que resultan de la adaptación a entornos determinados. Lamarck había caído en descrédito por el empuje de su oponente, Hume, defensor de una concepción «genetista», según la cual los genes son inmodificables y la evolución de la especie no se hace por adaptación, sino por selección de los caracteres genéticos más eficientes en un entorno determinado, que tienen así mayor descendencia y determinan la evolución de la especie.

Cuando Darwin (1871) formuló la hipótesis de que la selección estaba determinada por las hembras, ya que eran las que escogían a los machos, en las polémicas de la época surgió una broma que escarnecía el recuerdo de Lamarck y supo muy mal a Darwin, que le admiraba. La contaré porque la menciona Piaget (1967) e ilustra los argumentos de una y otra parte.

Entre los ejemplos de transmisión hereditaria de los caracteres adquiridos, Lamarck explicó que las jirafas tenían el cuello alargado por los continuados esfuerzos de la especie para acceder a las ramas más altas y nutritivas de los árboles. Así, la especie había evolucionado produciendo un cuello más largo, no solo porque se reproducían más los individuos de cuello más largo (selección), sino porque todos los individuos de la especie se ejercitaban en su estiramiento (adaptación). Sin embargo, la capacidad naval del imperio británico permitió que los navegantes ingleses trajeran observaciones que daban otra explicación a la acción de la selección. Explicaban que, en época de celo, los machos luchaban entre ellos dándose golpes con los cuellos y los pequeños cuernos de la parte superior del cráneo y el ganador era el elegido por las hembras para aparearse con él y tener descendencia. Los árboles no tenían, pues, nada que ver con la longitud de los cuellos sino que era su fuerza la que determinaba el ganador, la elección de las hembras y, por tanto, la transmisión generacional de los genes.



Figura 20. Lucha nupcial de jirafas.

Los más bromistas de los navegantes ingleses añadieron que las jirafas machos que tenían el cuello más largo y fuerte, también tenían los órganos sexuales más largos y fuertes (hecho cierto ya que en estado de erección el pene sobrepasa un metro), hecho que las hembras sabían y que determinaba mayormente su elección. Así, corría el dicho de que lo que interesaba a las jirafas hembras no eran los árboles, sino los penes, haciendo escarnio de la candidez y romanticismo de Lamarck, que no había visto una jirafa sino en dibujo.

Como veremos más adelante, las ideas de Lamarck se han revelado finalmente acertadas y actualmente es considerado un precursor de la nueva epigenética hasta el punto de que recientemente, con ocasión del bicentenario de la publicación de su obra *Philosophie zoologique*, esta ha sido reeditada y otros homenajes han desagaviado con creces el escarnio del que fue objeto.

Durante las décadas siguientes, los avances de la neurología y la genética reafirmaron considerablemente la teoría de la evolución por selección (genetista), pero algunos biólogos continuaron investigando las modificaciones adaptativas de los genes.

El botánico danés Wilhelm Johannsen, en el año 1911 estableció la distinción fundamental entre fenotipo y genotipo y, experimentando en el reino vegetal, demostró que los embriones de haba de una misma madre plantados en varios tiestos situados en entornos diferentes, transmitían las modificaciones adquiridas a su descendencia. Su explicación fue que los genes maternos contienen un amplio abanico de posibilidades, no solo las que se manifiestan en un individuo o generación determinada (dominantes), sino otros que pueden desarrollarse en generaciones por venir (recesivos). Así, mientras el fenotipo es el que se desarrolla en un individuo y entorno determinado, el genotipo contiene un amplio abanico de posibilidades.

Retomando la teoría adaptacionista de Lamarck y la distinción entre genotipo y fenotipo, Piaget (1921 y 1929) estudió las formas que tomaban las cáscaras de la misma especie de moluscos (*Limnaea stagnalis*) en lagos con diferentes tipos de oleaje. Constató que en los lagos más profundos y de oleaje más violento, la especie producía una cáscara más redonda y adaptable a los recovecos de las rocas, mientras que en los lagos menos profundos y de menor oleaje, la cáscara conservaba la forma original. Posteriormente investigó la hipótesis adaptativa en los sistemas nerviosos de organismos elementales (como Kandel) y más adelante en el desarrollo de la inteligencia, concebida como una función del sistema nervioso con fines adaptativos, que incluyen tanto modificaciones internas de los organismos (acomodación) como transformaciones del entorno (asimilación). De ahí surgió la obra que cambió la pedagogía en la segunda parte del siglo xx.

Entre los conceptos que integró a su teoría, son remarcables los de von Bertalanffy, conocido por sus estudios sobre la comunicación de las abejas y por ser uno de los fundadores de la Teoría General de Sistemas. Este biólogo descubrió que las patas de los escarabajos y cangrejos amputadas vuelven a crecer, pero (y esto es lo importante) no con las mismas conexiones nerviosas sino con otras nuevas próximas a las amputadas (que quedan inactivas, abandonadas), lo que es una evidencia precursora de la plasticidad neuronal.

Otros de los conceptos que integró Piaget (1967: 110) fueron los de Conrad Waddington, considerado el fundador de la epigenética, que actualmente experimenta un gran impulso. Este biólogo propuso la idea de las «vías evolutivas» (*Developmental pathways*), vías potenciales en las que se puede desarrollar el organismo, pero que solo son activadas si son ejercitadas en interacción con un medio en el que resultan útiles (Piaget, 1967: 111. Véase también Marrone, 2001: 67). Esta es una idea en estrecha relación con el *imprinting* y el *attachment*, por los que el organismo desarrolla una (o un conjunto) de las vías contenidas en la dotación genética, dependiendo de la interacción con el medio o, en el caso del psiquismo humano, de la interacción con el otro significativo y protector (la madre).

Waddington recuperó la idea de Lamarck de que «el organismo elige el medio» (y no a la inversa), ya que dentro del conjunto de posibilidades que ofrece este, el organismo selecciona determinados elementos (como la alimentación, lugar donde aparejarse, hacer el nido, etc.). Este es uno de los argumentos por los que Piaget (1967: 106) afirma que la causalidad del desarrollo no es unidireccional, sino circular. En el siguiente apartado desarrollaremos más esta idea.

Aparentemente, nos hemos alejado mucho de la pareja, pero no es así. Las nociones que hemos visto nos permitirán establecer relaciones entre el campo de la pareja y los conceptos biológicos.

Uno de los conceptos básicos es el de «falta básica» de Balint, según la cual los miembros de una díada (pareja) no llegan a establecer un ajuste o equilibrio perfecto de una vez y para siempre, sino que realizan adaptaciones continuas, en un equilibrio que, sin embargo, es inestable. En el mismo sentido, para Piaget (1967: 106), el desarrollo no depende de la permanencia de una estructura estática, sino de su capacidad de regulación continua. Como hemos visto en los primeros capítulos, a lo largo de su desarrollo, las parejas establecen equilibrios que más adelante, en otras circunstancias, resultan inadecuados y requieren una nueva adaptación. En todo caso, lo que sugiere el concepto de falta básica de Balint es que las parejas deben aprender a convivir con cierto grado de desajuste.

Otro concepto que puede ser enriquecido por las nociones de la biología es el de «intersubjetividad». Como hemos visto, los individuos de la pareja se influyen de manera más profunda de lo que perciben o son conscientes, incluso en las nociones de sí mismo que tienen en la intimidad. Las ideas de Lamarck, «el organismo elige su medio», y de Waddington de las vías evolutivas implican que, en su interacción, los miembros de la pareja seleccionan inconsciente o implícitamente determinados aspectos de sí mismos y del otro, a menudo sin conciencia de otras posibilidades potenciales que no ejercitan. Para expresarlo brevemente, en su relación, las parejas se conceden a menudo menor libertad de elección de la que potencialmente tienen y es en este potencial no realizado donde residen las posibilidades de superar las crisis y afrontar los cambios impuestos por los ciclos vitales.

Muy relacionada con estas nociones, en los otros capítulos he ido señalando las «reacciones circulares» de la pareja, un concepto netamente biológico extraído de Piaget. Identificar estas reacciones es crucial para enriquecer las relaciones de pareja.

Finalmente, a modo de resumen, la obra de Piaget se caracteriza por acentuar la adaptación activa del sujeto al medio mediante la selección y la transformación de este, una concepción coincidente con la del psicoanálisis (Llovet, 1976) que podemos aplicar al campo de la pareja, en la que a menudo los individuos se inhiben de realizar modificaciones adaptadas a sus necesidades y otras veces modifican excesivamente, en detrimento de las necesidades del otro.

7.4.2. Los sistemas adaptativos complejos: los modelos de causalidad

La complejidad del funcionamiento psíquico, en el que interaccionan varios factores internos (intrapsíquicos) y también varios externos (relacionales), despierta un nuevo interés por los modelos derivados de la Teoría General de Sistemas (TGS). Uno de los focos de este interés es que la causalidad psíquica raramente se puede considerar unívoca sino múltiple o circular (los efectos de una causa devienen causas de otros efectos en un funcionamiento conjunto). Kandel (2007) también ha aportado evidencias de la causalidad múltiple (en la multiplicidad de vías que sigue la transmisión de estímulos en el sistema nervioso) o circular (en el circuito de *feedbacks* del hipotálamo).

Uno de estos modelos es el de «Sistemas Adaptativos Complejos» (CAS, acrónimo de *Complex Adaptive Systems*) formulado por John Holland (1992) en el campo de la biología, pensado para explicar el funcionamiento de los sistemas vivos. El modelo parte de la hipótesis de que el sistema se mantiene y evoluciona por los intercambios mutuos de recursos que poseen y necesitan los elementos que lo forman. El modelo de Holland me interesó especialmente porque define los sistemas en tres ejes: adaptación, dinamismo y evolución; conceptos que resultan muy familiares y compatibles con los psicoanalíticos y adecuados para analizar el funcionamiento de la pareja.

El eje de la adaptación define los sistemas como compuestos por subsistemas que deben mantenerse adaptados simultáneamente al sistema actual y a los sistemas matriz (o «madre») de los que provienen. Aplicada a la pareja, esta visión nos la muestra como una entidad que debe mantener el equilibrio entre sus dos miembros, pero está simultáneamente sometida a las fuerzas de los dos entornos originarios o familias respectivas, entendiendo estos entornos no necesariamente como relaciones actuales (que también) sino como bagajes o elementos interiorizados. Así, el modelo de Holland permite integrar la gran complejidad de influencias que actúan en la pareja.

El eje del dinamismo muestra las características del sistema y los subsistemas que lo forman. Si bien el sistema tiene su objetivo, está a la vez condicionado por sus propias características y las de los subsistemas. Entre estas hay características que los mantienen unidos al sistema actual, y otras que los mantienen unidos a los sistemas originarios. Son, respectivamente, las fuerzas centrípetas y centrífugas que actúan en todos los entes formados por varios elementos y el equilibrio entre ambas mantiene unido o bien disgrega el sistema. Según Holland, las características de los sistemas originarios se mantienen mayormente latentes, pero en caso de crisis, emergen tendiendo a disgregar el sistema actual y haciendo que los subsistemas (que, en el caso de las parejas, son sus miembros) vuelvan a sus matrices (o familias) originales.

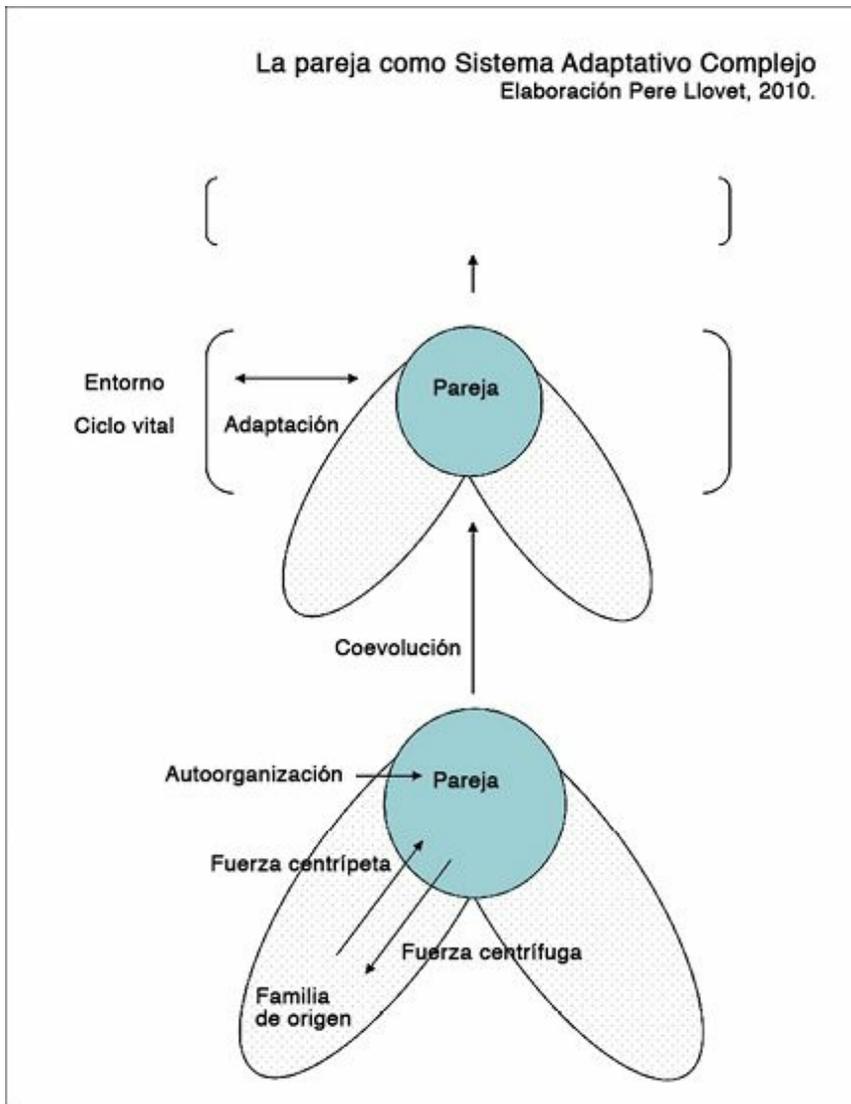


Figura 21. Modelo de sistemas adaptativos complejos de John Holland. (Adaptación propia.)

Por último, en el eje evolutivo actúan los principios de adaptación mutua, autoorganización y coevolución a lo largo del tiempo. Todos ellos han sido ya comentados al analizar las fases de la pareja. Así, la adaptación mutua corresponde al ajuste de la pareja. Recordemos que el ajuste perfecto es uno de los mitos de la pareja y solo se produce en momentos determinados. Como norma general, tanto el ajuste como todo el resto de los fenómenos de los sistemas vivos responde a un equilibrio dinámico, no estático o definido de una vez por todas, ya que es esencialmente adaptativo a la evolución interna de sus miembros o de su entorno.

El principio de autoorganización corresponde también a fenómenos que he comentado. Entre ellos destacaría las variaciones de las membranas que delimitan a la pareja respecto al entorno y sus miembros entre sí en las diferentes fases de la pareja. Solo hay que precisar que el principio de autoorganización no implica un funcionamiento autárquico, sino que responde a la necesidad de conciliar las condiciones internas con las

externas. Dicho de otro modo, permite la adaptación a las circunstancias aunque manteniendo la cohesión interna del sistema. Finalmente, la coevolución es el resultado de la influencia mutua a través de los sucesivos cambios y hace pensar en las «vías evolutivas» de Waddington. Entre los fenómenos de la pareja que hemos descrito anteriormente, la intersubjetividad es el más cercano al concepto de coevolución, ya que cada miembro de la pareja evoluciona bajo la influencia del otro, evolucionando ambos a veces en la misma dirección, coincidiendo, o bien en direcciones diferentes, complementándose siempre que el sistema pareja tenga continuidad. En caso contrario, no podemos considerar una coevolución sino una evolución separada, que finalmente conduce a la disgregación del sistema.

Apliqué los conceptos de este modelo a un caso de pareja que requería una intervención breve, ya que se encontraba en la última etapa de su primer embarazo. Hay que advertir que, en el análisis de caso que sigue, obvio profundizar en conceptos clínicos o psicoanalíticos, ya que es tan solo un ensayo de aplicación del modelo de Holland (véase el análisis más extenso en Llovet, 2010b). La hipótesis de partida es la misma que formuló Holland y que Klijn aplicó a las políticas públicas: los elementos del sistema intercambian los recursos que tienen y necesitan respectivamente. En el caso de una pareja, podemos formular que estos recursos son el apego y la relación sobre la que formaron su proyecto de pareja y su desarrollo.

En el caso de la pareja analizada, formada por Claudia y Pablo, la tensión derivada de la doble pertenencia al sistema pareja y a los sistemas familiares originales fue muy clara. El embarazo había producido que la esposa se aproximara notablemente a su familia de origen. Este acercamiento había debilitado el vínculo de pareja, pero, sobre todo, le había hecho revivir intensamente una problemática anterior de celos que ahora proyectaba sobre su marido. Esta proyección había hecho estragos en él y en la relación de pareja y amenazaba gravemente su continuidad en un momento tan crítico como el final de un embarazo. Siguiendo los conceptos del modelo CAS, el embarazo representa una propiedad latente del sistema pareja que se ha activado, mientras los celos es una propiedad del sistema originario de Claudia, también latente y ahora activada. Como indica el modelo de Holland, la activación de las propiedades de los sistemas originarios tiende a la disgregación del sistema actual, hecho que se producía de manera muy clara.

El padre de Claudia había sido (y era todavía) un infiel impenitente, lo que siempre había hecho sufrir a su madre. La familia estaba compuesta por Claudia, la mayor, y dos hermanas más. Al hacerse mayores, se habían enterado del sufrimiento de su madre y este se había convertido en un tema habitual de sus conversaciones. Cuando Claudia tuvo su primera relación amorosa, experimentó unos intensos celos que dañaron la relación. Así pues, la emergencia que se producía ahora, ya había disgregado su pareja anterior.

Desde el inicio de su relación con Pablo, Claudia no había vuelto a sentir celos, lo que había contribuido mucho a afianzar su relación. Sin embargo, a medida que avanzaba el embarazo y Claudia se había ido aproximando más a su familia y sus amigas, los celos habían emergido nuevamente, ya que era un tema de conversación recurrente y a

menudo llegaban a la convicción de que «la infidelidad es inevitable». Los celos la distanciaron de Pablo en un incremento circular: a más celos, mayor distanciamiento y más aproximación de Claudia a su familia. Poco a poco, pues, necesitaba más a su familia y a sus amigas, donde encontraba el afecto que necesitaba pero rechazaba de Pablo. Retomando la hipótesis principal del modelo CAS, el sistema no producía el intercambio de apego y relación que mantiene todos los sistemas de pareja unidos.

Por su parte, Pablo tenía problemas laborales desde hacía algún tiempo, y la crisis de pareja había precipitado una depresión, con un importante impulso al aislamiento (al cual ya tenía tendencia por carácter) que empeoraba tanto su estado como la relación de pareja, en una reacción circular típica. Desde el punto de vista del sistema, habían emergido las características originarias de cada individuo y se habían incrementado las fuerzas centrífugas disgregadoras.

La intervención se centró en hacer explícitos los elementos propios de cada miembro y sus sistemas originarios, lo que tuvo el efecto de hacer emerger también los elementos que los mantenían juntos: la estima (que ambos habían manifestado desde el inicio), el entendimiento que habían tenido hasta ahora, y el objetivo común.

En las pocas visitas antes de llegar al final del embarazo, analizamos los principios del modelo CAS de adaptación mutua, autoorganización y coevolución (obviamente, no con ese lenguaje ni grado de abstracción). Hablamos de cómo se influían mutuamente con sus actitudes respectivas (adaptación mutua de los miembros), de cómo se estaban organizando cada uno por su parte (autoorganización del sistema, en este caso, divergente) y cómo había evolucionado la pareja desde el inicio del embarazo (coevolución).

La solución terapéutica fue facilitada por el hecho de que, desde hacía meses, prácticamente no se hablaban sino para resolver asuntos prácticos. Así, el solo hecho de restablecer la comunicación explícita en el marco protegido de la psicoterapia, restableció el equilibrio del sistema pareja. Pensé que aquel modelo de Holland sobre los seres vivos había puesto su grano de arena en la llegada feliz de una nueva vida al mundo.¹⁰⁰

⁸¹. Skinner fue uno de los máximos exponentes del conductismo, no del biologismo, pero a efecto de lo que decimos, ofrece una visión análoga, sustituyendo «bioquímica cerebral» por «aprendizaje acondicionado».

⁸². Estas neuronas son muy grandes, lo que permite observar mejor los cambios.

⁸³. El neuropsicólogo Donald Hebb había demostrado este fenómeno en 1949, pero pertenecía a la corriente «conductista» y no estableció ninguna relación entre su descubrimiento y la mente ni tampoco profundizó en la neurología del fenómeno que había descubierto.

⁸⁴. André Rey, conocido por sus test de memoria y automatismos, estableció esta noción, si bien no la estudió a nivel neuronal.

⁸⁵. Las pulsiones son las fuerzas psicológicas producidas por los «instintos», que pertenecen a la esfera biológica.

⁸⁶. Este trabajo fue el que iniciaba el 1^{er} número de la Revista Catalana de Psicoanálisis, lo que muestra la consideración que se le dio. En el mismo sentido, al volver de Ginebra, realicé un seminario con los compañeros de San Pere Clavé, Jaume Aguilar, Josep Coromina, Montse Nogués, Roser Noguera y Pilar Prats. Recordemos que Piaget concibe la inteligencia como la función esencial del sistema nervioso de los seres vivos con fines adaptativos, mucho más amplia que los conceptos más habituales.

⁸⁷. Hugo Bleichmar (1999) ha desarrollado una concepción con algunos puntos en común en el interesante enfoque «modular transformacional», en el que analiza las transformaciones que sufren los elementos inconscientes.

⁸⁸. Recordemos que, siguiendo un modelo anatómico o topológico, Freud comparó la formación del psiquismo con la sucesiva superposición de capas que forman la tierra o los pisos de un edificio. En este modelo el inconsciente era la capa más «profunda», sobre la que se iban superponiendo las primeras representaciones mentales, las facultades intelectuales, las conductas voluntarias, etc. (el Yo), y finalmente, la edificación se coronaba con las normas (el Superyó) que permitían la integración social y la independización fuera del ámbito familiar protector.

De hecho, hace tiempo que se ha dejado de tener esta concepción del inconsciente «enterrado en la profundidad del psiquismo» y se ha considerado que se manifiesta en el «aquí y ahora». Sin embargo, en el modelo intrapsíquico predomina la idea del «inconsciente reprimido» y su ocultamiento detrás de barreras

defensivas, que delimita al individuo respecto a los demás.

89. Ramón y Cajal observó este giro y Freud extrajo sus implicaciones en el *Proyecto de una psicología para neurólogos* (1895). Aunque Freud ya había abandonado la referencia al funcionamiento neuronal, su concepción del narcisismo, donde las cargas se dirigen sobre sí mismo, se explica también por este giro. Curiosamente, Narciso, el personaje mitológico, «se reflejaba» en las aguas del lago donde se veía a sí mismo, como sucede en este giro «adentro». Este giro es especialmente verosímil si tenemos en cuenta que el estadio narcisista es el momento evolutivo de mayores aprendizajes e imitación. Más adelante, en *Síntoma, inhibición y angustia* (1925), Freud explicó los efectos patológicos del «giro hacia dentro».

90. Fonagy (2002) ha estudiado ampliamente la «Función reflexiva» (FR) y los efectos patológicos de su déficit, especialmente en somatizaciones.

91. Los ciclos circadianos están mayormente controlados por los corticoides. Me limito a mencionarlos sin extenderme más, ya que tienen menor relevancia para el amor.

92. Curiosamente, la etimología de «simpático» proviene del griego, en el que significa, literalmente, «con emociones» (*sin pathos*). Sin embargo, *pathos* connota más bien emoción penosa o sufrimiento (de donde «patología»), por lo que la traducción literal etimológica es «sufrir juntos». Como sabemos, para nosotros «simpático» significa que transmite emociones positivas y vitalidad, justo al contrario de «sufrir juntos».

Por otra parte, «emoción» deriva del latín *motio*, movimiento. El prefijo «e» significa «antes». El significado etimológico de «emoción» es pues «lo que precede al movimiento», lo que depende del sistema neurovegetativo.

93. Algunos perfumes contienen feromonas, pero su acción es discutida. Tampoco se ha llegado a conclusiones definitivas sobre las secreciones axilares y vaginales que Martha McClintock (1971) propuso como responsables de la sincronización menstrual de las mujeres que viven juntas. Aunque muchas mujeres afirman haber observado esta sincronización, no se ha podido obtener evidencia empírica del mecanismo responsable.

94. Las feromonas sexuales de las plantas actúan sobre los insectos, que son los principales agentes transportadores del polen y, por tanto, mediadores de la reproducción de las propias plantas.

95. La historia de Vladimir Bédjterev (1867-1927) es remarcable y desgraciada. Fue requerido para atender a Stalin por un problema supuestamente neurológico, pero Bédjterev administró un tratamiento para la paranoia. Cuando Stalin lo supo enfureció y comenzó a desprestigiarlo. Dos días después de la visita médica, Bédjterev fue encontrado muerto, verosímelmente de envenenamiento.

96. Este tráfico de información durante el reposo (de la conciencia) produce los sueños. Ramachandran (2011) ha sugerido que las transformaciones de los elementos inconscientes que descubrió Freud están determinadas por la proximidad entre los diferentes lugares donde se almacenan las memorias de corto plazo (fonética, visual, simbólica, auditiva), lo que explica la mezcla en los contenidos manifiestos del sueño. Por otra parte, esta hipótesis neurológica no invalida los significados latentes ni el sentido biográfico de los sueños.

97. Por esta razón se considera muy importante que estos tratamientos farmacológicos se complementen con psicoterapia.

98. La edición de este libro de Darwin está llena de anécdotas. Una de las más significativas es que Darwin era consciente del rechazo que podía causar en medios religiosos. Le preocupaba especialmente que influyera en su prometida, muy religiosa, con la que ya hacían planes de boda. Durante su redacción, un autor publicó un libro sobre las expresiones emocionales considerándolas un don divino, algo completamente opuesto a lo que Darwin estaba escribiendo. En este contexto tuvo un sueño en el que se veía involucrado en una ejecución pública durante la cual el cadáver volvía a la vida proclamando que había afrontado la muerte como un héroe. Muy probablemente Darwin interpretaría correctamente el significado de este sueño sin la ayuda de Freud, que en ese momento cumplía 16 años. Otra curiosidad es que fue uno de los primeros libros que contenían imágenes, lo que preocupó al editor ya que incrementaba el coste y el precio de venta. Sin embargo, la edición fue un éxito y pronto se reeditó.

99. Cabe decir que el último libro que escribió Bowlby fue un análisis de Darwin, de quien era un ferviente seguidor.

100. Quiero agradecer a Jean Lemaire, Pierre Benghozi, Philippe Robert, y Raymond Traube los comentarios sobre este estudio en la conferencia en el EFPP.



TERCERA PARTE

La clínica psicoanalítica de la pareja

> 8. PSICOPATOLOGÍA DE LA PAREJA EN LA PERSPECTIVA RELACIONAL

Escuchar bien ya es responder.
PIERRE DE MARIXAUX (1688-1763)

La noción de «psicopatología de la pareja» es peculiar dentro del ámbito general de la psicopatología, ya que este trata de las patologías individuales, mientras que la de la pareja puede ser la resultante de la patología de uno de sus miembros o de ambos, pero también puede ser la resultante de la interacción particular de dos individuos. Como hemos visto en las viñetas clínicas y en las historias reales o literarias explicadas, en las relaciones se producen también fenómenos en los que se evidencia un vínculo patológico más allá de las patologías individuales. Por lo tanto, existe una psicopatología propia de la pareja.

Los conceptos psicoanalíticos diagnósticos actuales del campo de la pareja, especialmente los del psicoanálisis relacional, son igualmente peculiares porque no pertenecen a sistemas de clasificación generales (nosología), sino que son indicadores y marcos de referencia de aspectos determinados. Los patrones relacionales, los modos de relación descritos por Freud, los modos del *self* de Mitchell, las membranas, la intersubjetivación, los fenómenos de reconocimiento, validación y autenticidad, las emociones emergentes como la vergüenza, y tantos otros que hemos comentado anteriormente, son todos ellos indicadores que forman el diagnóstico psicopatológico.

Por otra parte, el diagnóstico psicoanalítico se distingue por basarse en una concepción diferente de los límites entre lo normal y lo patológico, entendiendo que no hay una diferencia originaria sustancial entre ambos estados, sino que la diferencia se ha producido en el curso de la evolución psíquica. Aun así se han elaborado algunos sistemas de clasificación para comprender los conflictos y tratarlos.

8.1. Principios diagnósticos

8.1.1. El uso y la función del diagnóstico

Tanto el campo de la pareja como el psicoanálisis han tenido una gran prevención hacia las nociones psicopatológicas, aunque por razones distintas. En el primer caso, los consejeros matrimoniales no utilizaban categorías psiquiátricas, sino morales o educativas, y solo pensaban en el trastorno psicológico en casos muy evidentes y extremos. Por otra parte, tenían una gran prevención hacia el diagnóstico psicopatológico, ya que comportaba una grave estigmatización y, prácticamente, condenaba la posibilidad de resolver los conflictos matrimoniales.

Las reservas del psicoanálisis hacia el psicodiagnóstico datan de sus inicios. Su existencia misma se originó con una revisión radical de los criterios psicopatológicos psiquiátricos y neurológicos vigentes entonces. En su evolución posterior, el psicoanálisis no ha elaborado criterios diagnósticos basados en síntomas y con el fin de clasificar, sino basados en el funcionamiento psíquico y con el fin de orientar los tratamientos. Así como la psiquiatría y la neurología aspiran a captar la realidad, el psicoanálisis ha sido consciente de que sus conceptos eran construcciones teóricas orientativas. Como dice la psicoanalista francesa Maud Mannoni (1979), las teorías son ficciones para aproximarse a la realidad psíquica, pero no son la realidad misma como pueden serlo los fenómenos estudiados por las ciencias naturales. Es más, las teorías pueden dificultar captar los fenómenos emocionales y relacionales que el psicoanálisis considera esenciales.

Uno de los efectos que pueden tener los diagnósticos es la «cosificación» de la persona o la «medicalización» del trastorno. Estos fenómenos conllevan percibir el trastorno como un ente en sí mismo, desvinculado de las vivencias y el sufrimiento de la persona. Este efecto se ha resumido en la noción de que «no se deben tratar enfermedades o enfermos sino personas que padecen una enfermedad», poniendo a la persona en primer plano, evitando que quede oculta o difuminada por las categorías diagnósticas (o «etiquetas») y, sobre todo, evitando el «vacío emocional». La «cosificación» conlleva también problemas de orden epistemológico, ya que proporciona una visión estática del trastorno, radicalmente diferente de la visión dinámica y evolutiva propia del psicoanálisis con el fin de identificar las fuerzas que actúan en el psiquismo, determinan a su evolución y deben orientar el tratamiento.

8.1.2. Las nociones de diagnóstico: el diagnóstico evolutivo y dinámico

La primera característica del diagnóstico psicoanalítico es que es evolutivo, hecho del que se derivan varias implicaciones.

La primera teoría del trauma de Freud implicaba una ruptura con la explicación de los trastornos psíquicos por diferencias anatómicas o fisiológicas, ya que los explicaba por la incidencia de los sucesos vividos sobre el desarrollo psíquico. La visión evolutiva de la patología cambiaba sustancialmente la noción del límite o diferencia entre lo normal y lo patológico, que para la neurología era esencial (la existencia de una anomalía cerebral) mientras para el psicoanálisis era cuantitativa (el alto impacto emocional del suceso).¹⁰¹

Otra implicación de esta concepción evolutiva es que explicaba los trastornos por la fijación del desarrollo psíquico a un determinado estadio o fase evolutiva (para Freud, las fases oral, anal y genital y los estadios evolutivos del narcisismo). Aunque procedía como la neurología (siguiendo el método hipotético-deductivo a partir de la observación objetiva de los síntomas y otras producciones psíquicas), el psicoanálisis no refería las anomalías a una distinción categórica «normal/anormal» sino a un continuo evolutivo: lo que es normal en un momento del crecimiento, no lo es en otro momento. Dentro de esta lógica evolutiva, las grandes diferencias entre la patología y la normalidad se explican porque ciertas funciones deben desarrollarse en un momento determinado, y si no es así se produce un desarrollo patológico. Así, el psicoanálisis no ordenó las patologías únicamente por su gravedad sino por el momento en que se había producido la fijación, lo que implica que, teóricamente, la patología puede evolucionar a estadios de menor gravedad. La condición es que no se hayan sobrepasado ya los momentos en los que debe desarrollarse una determinada función, como ocurre con la función simbólica, el lenguaje y otras.

Finalmente, la última característica del diagnóstico psicoanalítico es el psicodinamismo, que considera la patología como el resultado de conflictos entre las diversas partes y fuerzas del psiquismo. Así, Freud distinguió los dos instintos de supervivencia de la especie y del individuo, el consciente del inconsciente, la represión y los mecanismos de defensa, y el Ello, el Yo y el Superyó. De ahí surgió la distinción típicamente psicoanalítica entre diagnóstico estructural y dinámico. El primero nos indica a grandes rasgos y de manera sintética (en pocas palabras) el grado de desarrollo psíquico y la evolución que podemos esperar de un tratamiento. Por otra parte, el diagnóstico dinámico refleja el funcionamiento y es más detallado y explicativo de la interacción entre las diversas fuerzas psíquicas, y orienta, pues, sobre los cambios que puede producir un proceso terapéutico.

8.1.3. El diagnóstico de la pareja

Normalidad, patología y conflicto

La primera implicación de las nociones diagnósticas es la significación patológica que se atribuye a los conflictos de pareja. Como resultado de su visión evolutiva y dinámica, el psicoanálisis concibe el conflicto como algo sustancial al psiquismo. Por lo tanto, lo que es patológico no es su existencia misma sino la forma en que se manifiesta, las fuerzas que intervienen, la intensidad, las consecuencias y la evolución.

Una distinción fundamental es si los conflictos se manifiestan en la conciencia o son reprimidos en el inconsciente. En los conflictos intrapsíquicos que sufre un individuo, la incoherencia, el absurdo o, más en general, la falta de explicación lógica de un comportamiento u otra manifestación psicológica, nos sugiere (a nosotros y a menudo también al propio paciente) la intervención de fuerzas que no son conscientes. De forma natural se equipara, pues, lo que es «explicable» o lógico a lo que es «normal», mientras que lo que no es explicable es patológico. No obstante, en el campo de la pareja, los

conflictos toman una forma interpersonal y cada uno de los miembros elabora una explicación lógica y coherente de su visión, y los elementos en conflicto, con las explicaciones individuales de cada uno, son expulsados de la conciencia y proyectados en el otro, encontrando ambos mutuamente «inexplicable» («patológica») la visión del otro. En la pareja coexisten pues los dos frentes de conflicto: el intrapsíquico y el interpersonal, y los individuos enfrentan el dilema de mantener su coherencia interna, que implica mayor conflicto interpersonal, o bien evitar este y sufrir el conflicto internamente, dilema que suele ser inconsciente aunque pueda ser intuido.

Este es el dilema que analicé en la película *Un dios salvaje (Carnage)* de Polanski (Llovet, 2012). En ella, dos parejas confrontan sus estilos educativos, radicalmente opuestos, con los hijos. En una de las escenas, una de las mujeres (A) cuestiona el estilo de la otra pareja (B). Esta escena nos muestra que la mujer B es receptiva a esta crítica, ya que concuerda con lo que ella misma piensa íntimamente. No obstante, B ha expulsado de su conciencia estos argumentos para mantener la coherencia con la visión de su marido. En el momento en que estos argumentos emergen nuevamente en su conciencia, entra en conflicto interpersonal con su marido. En este dilema, opta inconscientemente por volver a expulsar las ideas críticas de su conciencia, de modo que el conflicto vuelve a ser interno. La escena muestra que este conflicto interno le provoca un vómito, que hay que interpretar como una manifestación psicósomática con el significado simbólico de expulsar de su mente los pensamientos que causan conflicto interpersonal. Tras la expulsión, la pareja B reafirma su estilo educativo y rechaza el estilo educativo de la otra pareja, restableciendo el pacto narcisista. Sin embargo, nosotros, como espectadores, sabemos que el conflicto ha vuelto al ámbito interno e inconsciente de la mujer.

No es raro que las parejas expliquen síntomas varios individuales que tienen su origen en conflictos interpersonales que han sido evitados y se recluyen en el ámbito intrapsíquico, como la pareja del filme. Como hemos visto en los primeros capítulos, las diversas fases vitales conllevan nuevas situaciones o retos que alteran el equilibrio de los individuos y de la pareja. Estos elementos que alteran el equilibrio son procesados de forma individual (intrapsíquicamente) y también interpersonal. Habitualmente, las reacciones son valoradas o validadas con juicios de valor sobre su «normalidad», lo que implica que sean admitidas o excluidas de la conciencia. Se abre aquí un abanico de posibilidades de que el conflicto sea admitido en la conciencia de ambos individuos y elaborado intersubjetivamente, o sea excluido de la conciencia compartida y se convierta en únicamente individual, intrapsíquico. Así, las manifestaciones patológicas individuales pueden responder a la imposibilidad de elaborar el conflicto en el contexto interpersonal. Por estas razones, el diagnóstico clasificatorio o descriptivo de los conflictos de pareja no aporta comprensión. Al contrario, cosifican el conflicto, creando distancia emocional y desimplicación. Se requieren, pues, conceptos que expliquen el conflicto de forma dinámica y evolutiva y permitan contextualizarlo en la relación.

Los diagnósticos implícitos

La «cosificación» o «medicalización» que puede conllevar el diagnóstico tiene su reverso en lo que llamo diagnósticos implícitos. Una de las ideas de Mannoni es que siempre hay un diagnóstico, sea explícito o implícito.¹⁰² Hay diagnósticos que no se formulan pero se realizan efectivamente y tienen los mismos efectos de distanciamiento emocional y «cosificación» que los conflictos. El hecho es que no solo los marcos de referencia científicos, sino también los culturales, determinan siempre algún tipo de diagnóstico o explicación de lo que está pasando, y de lo que creemos «normal».

Históricamente, la pareja y sus miembros han sido valorados en relación a las nociones de cada época, por lo que podemos ser críticos con las categorías morales de épocas anteriores, pero, a falta de otros criterios o de diagnósticos explícitos, inadvertidamente podemos continuar haciendo valoraciones morales con este tipo de criterios vigentes actualmente. Estos diagnósticos se observan a menudo en la supervisión de servicios no clínicos, como los servicios sociales en sentido amplio, en los que el diagnóstico psicopatológico no forma parte de los protocolos habituales.¹⁰³ Frecuentemente, los usuarios sufren conflictos que no llegan a tener gravedad o síntomas psiquiátricos y no son valorados psicopatológicamente. Sin embargo, los factores emocionales implicados en la atención de los casos desencadenan diagnósticos morales, basados en nociones del Bien y el Mal, que de hecho determinan su tratamiento. Así, es en todo caso mejor hacer explícitos los criterios.

8.1.4. El diagnóstico intrapsíquico y el relacional

Ya que el diagnóstico está referido a un marco de referencia general sobre la naturaleza del psiquismo y su patología, es en él donde se aprecian las diferencias entre las diversas escuelas. En el caso de las perspectivas psicoanalíticas intrapsíquica y relacional, mientras la primera diagnostica la organización interna, la segunda diagnostica los tipos de relación. Esta distinción puede parecer excesivamente esquemática ya que, por ejemplo, la orientación kleiniana es considerada intrapsíquica y, sin embargo, diagnostica basándose en la observación de la relación. Uno de los ejemplos es el estudio de mis exsupervisores y compañeros de San Pere Clavé (Aguilar y Oliva, 1999). La diferencia con la perspectiva relacional radica en el hecho de que, en esta orientación, el tipo de relación se interpreta como una transferencia o proyección del mundo interno. Así, la relación que se establece con el mundo externo y real es considerada predeterminada por el mundo interno. Especialmente en las situaciones diagnósticas y terapéuticas, esta orientación establece que el terapeuta debe tener una actitud neutra que no influya en las proyecciones de los pacientes.¹⁰⁴

El origen de esta concepción kleiniana se atribuye a Freud basándose en lo que escribió. No obstante, según muchos autores, su trato con los pacientes no respondía a este modelo (Coderch, 2010: 130-133; Jones, 1953). Al contrario, al parecer procuraba crear un clima afable, hacía comentarios sobre su propia persona o sobre asuntos diversos e incluso prestaba libros o iba a comer con los que hacían tratamientos como parte de su formación psicoanalítica. Así se encuentra a menudo la afirmación de que

«Freud escribía por el bien de la consideración científica del psicoanálisis, pero actuaba por el bien de los pacientes».

Sin llegar a la «personificación» que parece que practicaba el propio Freud, recuerdo que en las supervisiones, Alberto Campo nos animaba a no preocuparnos por reproducir la actitud neutra que se suponía que debíamos tener y nos animaba a ser espontáneos con los pacientes, tal como ciertamente lo era él. Incluso, con los adolescentes, nos animaba a contestar algunas preguntas personales que nos hicieran. Valorando sin duda nuestra actitud como excesivamente neutra, nos decía que los procesos terapéuticos ya eran bastante difíciles en sí mismos y era bueno facilitarlos creando un clima de cordialidad y fluidez en la comunicación. La práctica no siempre sigue, pues, rigurosamente el modelo teórico o bien se complementa de diversas formas con elementos extraños al mismo.

Por el contrario, la perspectiva relacional concibe el objeto como externo y real. Esta diferente noción se remonta al momento en que Freud pensó que las escenas de seducción que relataban las pacientes no eran reales, sino fantasías producidas por los instintos, y elaboró la llamada «segunda teoría del trauma». Ferenczi (1924) se mantuvo en la primera teoría, pensando que los sucesos relatados, si bien habían sido deformados por la intensidad emocional, eran reales.

Más adelante, Klein radicalizó la noción de objeto interno, lo que ha sido uno de los puntos centrales de desacuerdos básicos con otras escuelas psicológicas, entre ellas, la Epistemología Genética de Piaget,¹⁰⁵ y los tres autores considerados iniciadores de las tres grandes ramas de la perspectiva relacional: Ferenczi, Bowlby y Kohut. Todas ellas tienen en común la idea de que el psiquismo se organiza en interacción con los objetos reales y externos. Antes de desarrollar esta idea fundamental en algunos indicadores diagnósticos relacionales, quisiera plantear el tema básico de la objetividad y la subjetividad en el diagnóstico, tema sobre el que las perspectivas intrapsíquica y relacional tienen posiciones diferentes.

Objetividad y subjetividad

Uno de los requerimientos esenciales de una teoría científica es la objetividad de sus postulados, entendiendo por tal la fidelidad a los hechos. Creo innecesario extenderme sobre este requerimiento ni sobre el firme propósito y los esfuerzos de Freud y otros para que la teoría psicoanalítica lo cumpliera. Por el contrario, Ferenczi (1924) no se preocupó tanto de la validación científica como de los efectos terapéuticos y, por tanto, no de la objetividad de sus diagnósticos, sino de la subjetividad del paciente: cómo había vivido los hechos traumáticos y qué «experiencia emocional correctora» le aportaba la psicoterapia. Ferenczi pensaba que lo que vivía el paciente en la psicoterapia no dependía solo de su mundo interno, sino también de la comprensión que recibía. La proximidad emocional que establecía con el paciente le hizo darse cuenta de la importancia de la «contratransferencia» o impacto emocional que recibía el terapeuta y, en lugar de proponerse neutralizarlo y mantener la objetividad, consideró que era sustancial a la relación terapéutica y que la cuestión primordial era que había que conocerlo al máximo.

En la evolución posterior, la contratransferencia ha recibido una atención creciente y se ha impuesto la idea de que es un factor terapéutico de primer orden. Sin embargo, en el modelo intrapsíquico se la ha seguido tratando como un tema «técnico», sin desarrollar con toda la amplitud sus implicaciones teóricas. Por el contrario, el modelo relacional, asume que toda relación, incluida la relación terapéutica, es una construcción subjetiva entre dos individuos. La comprensión que el terapeuta tiene del paciente es, pues, el resultado de un encuentro entre dos psiquismos y por tanto no puede ser sino subjetivo. Así, se han mantenido dos posicionamientos básicos distintos respecto a la objetividad y la subjetividad y una noción diferente del diagnóstico.

El subjetivismo en los diagnósticos tiene, sin embargo, otra vertiente también anticipada por Ferenczi y es la orientación a la terapéutica antes que al diagnóstico en sí mismo, rehuyendo diagnósticos sofisticados que no aportan elementos relevantes para el tratamiento. Expresada en términos actuales, la idea de Ferenczi era que los indicadores más importantes del diagnóstico son los que nos indican la viabilidad del tratamiento.

Algunas experiencias con patologías muy graves, habitualmente consideradas intratables o casi, muestran que la objetividad del trastorno no es el único indicador a tener en cuenta. Así, Kernberg, que ha tratado con trastornos límite de personalidad, Rosemberg, con drogodependientes, o Resnik, con psicóticos, muestran que los tratamientos pueden ser exitosos, a pesar de su dificultad, con la condición de establecer una alianza terapéutica, lo que depende no solo del diagnóstico del paciente, sino de la conexión del terapeuta con él. Por lo tanto, si bien los indicadores diagnósticos «objetivos» nos orientan y nos advierten de las dificultades, su superación depende en última instancia de la subjetividad y la conexión emocional que se crea entre el paciente y el terapeuta.

La aplicación del principio de subjetividad lleva a la visión de la pareja como una relación construida entre ambos. Podemos ilustrarlo recordando casos en los que un cambio de pareja tiene efectos de cambio de carácter. El hecho es que la relación tiene efectos sobre el funcionamiento interno del psiquismo. En el siguiente apartado veremos los efectos de las relaciones de pareja en el carácter y en la sintomatología de sus miembros.

8.1.5. Los indicadores diagnósticos de tratamiento individual o de pareja

Dentro de la función de los indicadores diagnósticos de determinar el tratamiento más apropiado, una de las cuestiones fundamentales en las temáticas de pareja es si se debe tratar a uno de los miembros de la pareja, a cuál de ellos, o a ambos.

Los indicadores del modelo intrapsíquico conducen de manera natural (o implícita) a indicar tratamientos individuales, ya que todo suceso conflictivo o relación con el mundo externo es interpretada como una proyección del mundo interno. Más aún, toda proyección contiene algún elemento que puede ser considerado patológico, lo que nos lleva fácilmente a indicar tratamientos individuales si no relacionamos estos elementos con su contexto relacional. Este es un principio esencial del paso de la antigua

psiquiatría al concepto de salud mental que escuché por primera vez a Manuela Utrilla (reflejado en su obra de 1998), a René Diatkine¹⁰⁶ en Ginebra, y a Roser Pérez Simó (también discípula de Diatkine) en el Centro de Higiene Mental de Les Corts de Barcelona. Todos ellos insistían en la necesidad de contextualizar los diagnósticos. Como decía Ajuriaguerra, «el papel de los psiquiatras no es psiquiatrizar la vida».¹⁰⁷ Añadiría que el diagnóstico no consiste en buscar la patología, sino en comprenderla, lo que incluye considerar los contextos en los que se produce.

Por otra parte, sin esta valoración de la incidencia de los contextos «reales» en la patología, la evaluación obvia uno de los principios básicos de la epistemología científica a partir de Popper: la «falsabilidad», y se aboca a una confirmación circular de los supuestos previos en los que se basa. En el caso de las parejas, estos indicadores «intrapésicos» conducen fácilmente a indicar el tratamiento de quien hace la consulta, lo que no siempre es lo más adecuado como veremos en seguida en un caso clínico. Por el contrario, los indicadores relacionales llevan indistintamente a una u otra conclusión, ya que observan lo que sucede en la interacción y la influencia mutua. El punto central es que no refieren sistemáticamente los conflictos al mundo interno (véase también Coderch, 2012).

Una de las experiencias habituales en la consulta es que los pacientes describan a sus familiares de formas muy patológicas y, cuando los conocemos, nos damos cuenta de la deformación de sus percepciones. En otros casos, esta deformación tiene el sentido contrario: es benevolente y el paciente no se ha dado cuenta de la patología del compañero y por tanto del foco patógeno al que está sometido. El caso de la pareja formada por Claudia y Pablo (Llovet, 2010b), de la que antes he explicado otros aspectos, es un ejemplo. El hombre había iniciado un tratamiento mixto por depresión mayor (con fármacos y psicoterapia) que inicialmente había tenido un efecto benéfico y después se había estancado. El paciente se había replegado sobre sí mismo y aislado y describía una relación de pareja muy deteriorada, lo que es habitual en estos casos. No obstante, la terapeuta tenía la impresión creciente de que el relato que hacía de la inestabilidad emocional de su esposa, embarazada, podía corresponder a la realidad, por lo que lo derivó para diagnóstico de pareja.

Los recibí a ambos y observé una grave celotipia en la mujer, problemática que ella ya había sufrido en una relación anterior y no se había manifestado hasta ahora en la relación con Pablo. Claudia le había contado lo que le había sucedido y también que había hecho un tratamiento, ya que era consciente de que sus celos eran patológicos. Sin embargo no había podido finalizar el tratamiento ya que toda la familia emigró a otro país. Al inicio de su relación con Pablo ella le había explicado su temor de que los celos resurgieran y él tuvo mucho cuidado con cualquier detalle que pudiera reavivarlos. Se estableció así un pacto (reglas específicas de pareja) que condicionaba fuertemente a Pablo, pero que este aceptó porque tenía sentido en su propia historia familiar. Era hijo único, su padre sufría depresiones y la comunicación entre los padres era escasa, por lo que había mantenido un estrecho vínculo con su madre. Este pacto respondía, pues, a su ideal de pareja muy unida emocionalmente.

Durante los dos años que llevaban juntos, ella no había vuelto a sentir celos hasta el embarazo. Limitándonos a la cuestión que nos ocupa, llama la atención que Pablo hubiera acomodado su comportamiento y se aviniera a un control exhaustivo de cualquier mirada, gesto u otro. Posteriormente, él tuvo problemas laborales y sufrió la depresión. Entre los síntomas típicos resalta el aislamiento y la extrema autocrítica, ya que tuvieron un papel importante en lo que sucedió a continuación. Al quedarse embarazada, Claudia comenzó a soportar peor el estado de Pablo, a reclamarle mayor atención y emergieron los celos. Pablo no se defendió. Al contrario, hizo de ello un problema más que pasó a formar parte de la depresión y de la autocrítica devastadora que la acompaña habitualmente. Obviando otros hechos que contribuyeron a los celos, que explico en otros lugares, quiero remarcar aquí la necesidad de contextualizar los diagnósticos individuales de los conflictos de pareja, ya que este caso muestra que antes de hacerlo, el caso de Pablo estaba estancado y, de hecho, la relación de pareja estaba empeorando y tomando el camino de la separación. Es necesario, pues, evaluar las relaciones del paciente con sus objetos externos, sin interpretarlas como proyecciones sino como deformaciones de hechos probablemente reales.

En su obra pionera sobre la pareja, Dicks explicó casos de patologías individuales aterradoras en el contexto de la crisis posterior a la Segunda Guerra Mundial; de una gravedad que requerían sin duda el tratamiento de uno de sus miembros. Sin embargo, encontró también tipologías de parejas que era mejor tratar conjuntamente, sin reducir las patologías que se manifestaban individualmente al mundo interno. Así, sin negar las patologías individuales, concibió el nuevo concepto de patología del vínculo, resultado de la peculiar combinación entre los dos miembros que forman la pareja. Más aún, Dicks (1967: 541-456) incluyó la consideración de los cambios culturales en la evaluación diagnóstica en un sentido análogo al de Utrilla (1998) y otros (Fonagy, 2013), e introdujo la noción de la relatividad cultural de los criterios de «normalidad» y «patología» en el mundo psicoanalítico y psiquiátrico. Posteriormente, la necesidad de tener en cuenta los contextos culturales en el diagnóstico ha sido abundantemente remarcada por varios autores que hemos comentado, entre ellos Aberastury y Knobel respecto a los adolescentes, pero la pareja es un campo especialmente sensible por ser un espacio privado en el que imperan las reglas que sus propios miembros han acordado. La «opacidad» (véase incluso «impunidad») del ámbito «privado» que es la pareja y la familia ha sido muy señalada como un factor que facilita que puedan constituirse en contextos altamente patológicos a los que se adaptan a sus miembros sin tener conciencia de ello.

Esta «adaptación patológica» es frecuente en las familias multiproblemáticas o con violencia doméstica atendidas por los servicios sociales. Una de las explicaciones dada por los autores del *attachment* es que la necesidad de mantener el vínculo es superior al malestar que este conlleva. Por el contrario, un diagnóstico en términos intrapsíquicos, basado en la noción de objeto interno, atribuye a fuerzas internas (pulsión de muerte, compulsión a la repetición) de la persona el mantenimiento de los vínculos dañinos. Los efectos prácticos son que se «victimiza a la víctima». En el terreno teórico y

epistemológico, la perspectiva intrapsíquica obliga a mantener la hipótesis del instinto de muerte, ya que de lo contrario no se explica la acomodación a una relación que hace sufrir. Por otra parte, aun en el terreno epistemológico, la perspectiva intrapsíquica de objeto interno no contempla que el sujeto modifique el objeto sino tan solo su percepción del mismo, supuestamente contaminada por impulsos agresivos.

Por el contrario, en los modelos relacionales que incorporan los argumentos de la biología o del contextualismo (Utrilla, 1998; Stolorow y Atwood, 1992), la capacidad de modificar el entorno es un hecho establecido en la teoría. Así, el sujeto y el objeto mantienen una relación de mutua influencia circular, el carácter de la cual no depende únicamente de los impulsos internos sino, al contrario, estos dependen de la realidad de la relación. En esta perspectiva relacional, las conductas agresivas en las relaciones de pareja se interpretan, en primer lugar, como expresiones de las frustraciones y de la necesidad mutua. Añadamos que la noción de intersubjetividad implica que las nociones que tienen los individuos de sí mismos están determinadas por el otro, como hemos visto en el caso de Claudia, que se sentía ignorada y poco deseada a la vez que Pablo sentía que no correspondía a lo que ella esperaba, lo que le causaba un grave empeoramiento de su autoestima y desesperanza de poder complacerla.

La colusión

Como hemos visto, en su formación, esta pareja formó un pacto «anticelos» que es un ejemplo del fenómeno de la «colusión». Este fue un fenómeno que se observó primeramente en los tratamientos psicoterapéuticos y Dicks aplicó a la pareja para designar los acuerdos inconscientes que se establecen para evitar ciertos conflictos internos que ninguno de los dos miembros de la díada puede afrontar. Se crea así una zona fusional o «ciega» que limita los crecimientos personales y de pareja.

Dicks remarcó el potencial patológico de la colusión ya que se forma sobre un ideal irrealizable, como sucedía con Claudia y Pablo, y mostró que la colusión los conflictos conyugales tiene dos ejes. El primero es la frustración, que surge cuando el otro no representa el rol de pareja según lo esperado (ideal del Yo referido al otro). El segundo eje es la decepción, que Dicks relacionó con los aspectos de la personalidad que habían ejercido atracción en el enamoramiento. Estos son aspectos de la propia personalidad que, por una u otra razón, han resultado reprimidos durante el crecimiento y son reconocidos en el otro. Son, pues, elementos del propio narcisismo que contribuyen al enamoramiento pero posteriormente llevan a la decepción, ya que acostumbran a ser inviábiles y solo se realizan excepcionalmente.

La última consideración sobre la colusión es que, si bien en su origen fue considerada un fenómeno patológico, posteriormente se ha revelado como un fenómeno básico de la formación de la identidad individual y de la pareja. La colusión conlleva que se comparten supuestos básicos o implícitos, lo que es esencial. Así, no es patológica en sí misma, sino cuando se convierte en disfuncional.

8.2. Sistemas diagnósticos de la pareja

Con todas las reservas expresadas, veamos dos sistemas diagnósticos de la pareja que facilitan especialmente la comprensión de su patología.

8.2.1. El sistema de Willi

El primer sistema diagnóstico de la pareja fue elaborado por Jürg Willi (1978), de Zurich, a partir de la teoría libidinal de Freud. Establece varios tipos de pareja según el tipo de satisfacción que predomina entre ellos y preside la relación. Aunque es una clasificación psicoanalítica clásica, se reencuentra en teorías modernas de otras orientaciones como la llamada «teoría de los juegos de pareja».

El primer tipo es la pareja narcisista. Recordemos que para Freud el narcisismo es el primer estadio del desarrollo emocional, en el que el afecto está dirigido hacia el propio sujeto.¹⁰⁸ Anteriormente hemos tomado el caso de Amiel como ejemplo de este funcionamiento en el que el otro debe contribuir a ensalzar las propias cualidades. La elección debe recaer entonces sobre un compañero que cumpla esta función anulándose a sí mismo o bien siendo él mismo un objeto admirable también, contribuyendo así al propio enaltecimiento. En el primer caso, la pareja se caracteriza por la asimetría y la sumisión del uno al otro, siguiendo el modelo de la *Dialéctica del amo y el esclavo*. Cuando el otro se mantiene como un objeto también admirable, la destructividad se dirige hacia el exterior, como en el caso de la pareja de *Un dios salvaje*. Esta pareja preserva su ideal del Yo despreciando a la otra pareja que cuestiona su estilo educativo, ya que este forma parte de su pacto narcisista.

Uno de los casos de este tipo es el de una pareja que consultó por la fuerte falta de afirmación personal que padecía el menor de sus tres hijos, Luis, de 17 años. Los dos otros dos, mayores de 25 años, habían logrado enfocar brillantemente sus vidas. La pareja era muy complaciente consigo misma y de temperamento muy enérgico, mientras Luis, en cambio, tenía un temperamento apacible y tranquilo. Él mismo decía que se sentía de entrada perdedor en los intentos de afirmarse y hablaba de los hitos de los hermanos como algo que él dudaba de poder igualar. La pareja parental no reconocía los efectos que generaba y no parecía cuestionarse ningún aspecto de sí misma, y ambos se convencían mutuamente de sus cualidades.

Un segundo tipo es la pareja oral, caracterizada por la dependencia y la aidez, tal como sucede entre madre y bebé, con una profunda fusión. Estas parejas suelen producir ciclos alternando fases idílicas de fusión con otras conflictivas, ya que la dependencia es muy alta. La gran indiferenciación entre las individualidades hace que se idealicen o se menosprecien fuertemente y que los distanciamientos entre ellos y los conflictos sean muy dolorosos, ya que sienten que pierden una parte esencial de su persona.

El tercer tipo es la pareja controladora, basada en la libido anal. Siguiendo el modelo de Freud, cuando el bebé comienza a controlar los esfínteres, se desarrolla una expansión generalizada del placer por el control, primero sobre el propio cuerpo y después sobre el entorno. Así, el bebé aprende a caminar (ejercitando el control muscular), a hablar (que implica control motriz y también influencia y poder sobre los demás) y otras

adquisiciones en el mismo sentido. Puesto que el control está impulsado por la independización, conlleva la angustia de la pérdida, de donde surge la necesidad de control. En este tipo de pareja predomina la sujeción a las reglas, que suelen ser rígidas y son utilizadas para valorar la relación y vigilar la igualdad en su cumplimiento. En este tipo de funcionamiento, el otro es un objeto independiente y es controlado en primer lugar por la existencia de la angustia inconsciente de perderlo, pero también por el placer del control en sí mismo, sin excluir aspectos de rivalidad o envidia. En este tipo el otro no es idealizado, sino que debe ser controlado con alguna excusa (cierta o fantaseada). Alrededor del control del cumplimiento de las reglas, la pareja desarrolla papeles complementarios, en los que uno de los miembros fiscaliza otro. Uno de los puntos importantes de observación diagnóstica es si estos papeles se alternan o son fijos para cada miembro de la pareja.

Finalmente, el tipo genital, derivado de la fase genital según Freud, se caracteriza por la afirmación personal y la capacidad para establecer una relación plena con el otro, que es percibido como un objeto independiente y complementario. El riesgo psicopatológico suele ser derivado de la necesidad de afirmación y reconocimiento y puede tomar forma de competencia y rivalidad o también forma erotizada, con necesidad de reafirmar el poder de seducir o atraer sexualmente. Los sentimientos de rivalidad son mayormente inconscientes y repiten la rivalidad edípica. Este tipo de pareja puede producir una sintomatología espectacular, pero no tiene el poder destructivo de las demás. La sexualidad suele tener un papel esencial en la regulación de la energía y la afirmación personal, corroborando las ideas de Reich.

8.2.2. El sistema de Font y Perez Testor

Otro modelo diagnóstico, uno de los primeros si no el primero sobre la pareja en mi entorno inmediato, es el impulsado por Jordi Font (Font y Perez Testor, 1994). Tiene elementos del modelo de Willi, pero hace hincapié en la sintomatología de las parejas, lo que le da un gran valor clínico. Sin embargo, trasciende el nivel sintomatológico y conduce a una comprensión mucho más amplia del funcionamiento y da un lugar central a la colusión.

Los autores explican que la evolución en la elaboración del modelo los llevó a considerar que, aunque los síntomas patológicos sean individuales, tienen una contrapartida en las actitudes del otro, introduciendo pues las nociones de complementariedad y intersubjetividad. El resultado es un modelo con una concepción relacional de la patología, en la que ambos miembros de la pareja participan. Ampliando más el campo de visión, los autores retoman el concepto de Willi de «nicho diádico», que comprende el entorno familiar y las relaciones sociales y culturales en que se desarrollan estos estilos de funcionamiento. Tomaré nuevamente el filme *Un dios salvaje* para ejemplificar este nicho diádico, ya que las dos parejas pertenecen a dos ambientes culturales con valores morales y educativos opuestos. Recordaré que la causa del encuentro de las dos parejas es que el hijo de la pareja que llamaré «ejecutiva/agresora»

ha agredido al hijo de la pareja que responde a un perfil «socialmente consciente/agredida». Obviamente, es esta la que cuestiona el estilo educativo de la primera. La película nos muestra que el marido «ejecutivo» asesora jurídicamente una empresa farmacéutica que ha comercializado un producto que tiene efectos secundarios nocivos y, durante el encuentro con la otra pareja, atiende numerosas llamadas telefónicas en las que da instrucciones sobre la versión oficial que se ha de dar y las pruebas en contra que deben ocultarse. Más tarde, en la discusión con su esposa, defiende con vehemencia el nivel de bienestar que disfrutaban y su estilo educativo a la vez que denigra los de la otra pareja. No quisiera conducir a una valoración moral de esta pareja, sino solo mostrar la relación entre su contexto cultural y su funcionamiento patológico.

Una última consideración antes de explicar el tipo de parejas es que los autores señalan que en todas suelen coexistir rasgos correspondientes a todos los tipos descritos, pero siempre predomina uno de los caracteres.

Un primer tipo es el histeroide, caracterizado por una gran emocionalidad y, en casos extremos, histrionismo o exhibicionismo exagerado. Los síntomas típicos de esta patología son disociativos y de conversión, es decir, son producidos por fuerzas psíquicas que son expulsadas de la mente (no mentalizadas) y se manifiestan de otras formas. No obstante, estos elementos pueden ser parcialmente conscientes para uno de los miembros pero ocultados al otro, utilizando las manifestaciones patológicas para obtener determinados beneficios secundarios.¹⁰⁹

La relación suele oscilar entre la seducción y el rechazo, con una intensa erotización de los detalles de la vida cotidiana y las relaciones y el reto constante de mantener el enamoramiento (o la emocionalidad). Un dicho frecuente es que «la histeria lo erotiza todo menos la sexualidad». De aquí el eterno juego de la seducción que no pretende la satisfacción sexual sino que encuentra placer en sí misma y la afirmación personal que conlleva.

Un nuevo detalle de la pareja formada por Claudia y Pablo muestra claramente la disociación de la conciencia de la colusión histeroide. Recordemos que la pareja se había formado sobre el acuerdo (en parte consciente, pero también disociado, como veremos) de una fidelidad absoluta para evitar que emergieran los celos patológicos de Claudia. Cuando Pablo se aislaba y pasaba horas con el ordenador, Claudia sospechó que mantenía otra relación, lo que se convirtió en el conflicto central. No obstante, en las sesiones individuales, hablando de los celos patológicos que había sufrido en su primera relación, Claudia explicó que había retomado contacto con él por Internet. Por sorprendente que sea, lo explicó de forma disociada, es decir, sin darse cuenta de la relación directa entre su propia «infidelidad virtual» y la que sospechaba que mantenía su marido. Como era de esperar, la toma de conciencia de la relación entre estos dos hechos la conmocionó y la llenó de sentimientos de vergüenza y culpa y de impulso a la reparación. La integración terapéutica posterior en su conciencia cambió completamente el curso del caso hacia el entendimiento de pareja.

El segundo tipo de pareja es el llamado «obsesivo» y se corresponde con el tipo «anal» o «controlador» descrito por Willi. En el análisis más detallado de la colusión entre los miembros de la pareja, Font y Perez Testor señalan la sumisión con la que uno de los miembros acepta el control. Esta sumisión se observaba también en Pablo, mostrando que, como dicen estos autores, los rasgos característicos de un tipo se encuentran también en otros aunque no sean los más dominantes. Uno de los indicadores de este tipo de pareja es la constante rendición de cuentas y las argumentaciones interminables, habituales y aparentemente desprovistas de emociones, características del funcionamiento obsesivo «desafectivizado».

El caso de Carlos respondía a este tipo. Tenía poco más de 40 años, estaba separado con dos hijos y convivía con la Luisa, de pocos años menos, separada con un hijo. Él trabajaba por su cuenta repartiendo productos en comercios y domicilio y así se habían conocido cuando él estaba pasando una crisis matrimonial y ella recientemente separada. Fue él quien inició la consulta por un estado de angustia y estrés, pero enseguida explicó los celos de Luisa y las interminables «sesiones de control» a las que le sometía. Uno de los detalles más sorprendentes era que por el trabajo, él utilizaba intensivamente el teléfono móvil y se lo ofrecía para que ella controlara sus llamadas, como prueba de que no mantenía ninguna otra relación. No obstante, esta sumisión no apaciguaba las sospechas ni la actividad controladora de Luisa. Al contrario, en estas inspecciones, Luisa siempre encontraba detalles sospechosos que él tenía que explicar extensamente.

Subyacente a esta desconfianza ambos sufrían un intenso temor a perder la relación, un sentimiento que si bien ambos se expresaban, quedaba enterrado en las sospechas y las argumentaciones. A pesar de las diferencias, esta pareja había establecido un acuerdo inconsciente para defenderse de la angustia de separación.

Otro de los tipos descritos es el «psicótico» y se corresponde con el tipo «oral» de Willi.¹¹⁰ En este predominan intensas angustias de destrucción y la pareja alterna estados de fusión y gran dependencia, como si estuvieran adheridos el uno al otro, con otros estados de desconexión en el que parecen ignorarse. Obviamente, estos casos no se explican sino por las graves patologías individuales. Aun así, hay que explorar la capacidad de la pareja para identificar estas oscilaciones, en la línea del entrenamiento educativo utilizado en las psicosis en general. Desgraciadamente, muchos de estos casos son tratados individualmente, sin incidir sobre las reacciones provocadas por la relación misma y a menudo son diagnosticados como «bipolares». Este es uno de los tipos de diagnóstico meramente descriptivo que, como decía Mannoni, clausura la comprensión del trastorno. La explicación neurobiológica aleja la posibilidad de que los pacientes puedan identificar los desencadenantes más inmediatos de sus oscilaciones.

La colusión se forma aquí sobre los dos estados: mientras los de fusión aportan satisfacción, los de desconexión y frustración implican acomodaciones internas de cada miembro.

El tipo «caracterial» se caracteriza por la alta conflictividad. Como el anterior, no se explica sino por las patologías individuales, si bien las personalidades caracteriales pueden formar pareja con personalidades de otros tipos.

En este tipo de pareja se dan muchas de las características de los otros tipos: la emocionalidad histeroide, las explicaciones obsesivas interminables y la alternancia de conexión y desconexión propia del tipo psicótico. Sin embargo, así como en los demás hay un predominio, en el tipo caracterial se dan todos sin predominancia y en confusión. La raíz patológica de este trastorno es un grave déficit en el sentido de Balint, es decir, una falta básica o falta de cuidado «suficientemente bueno» en el primer desarrollo y por lo tanto un sentimiento muy básico de inseguridad.

Uno de los casos clásicos de pareja caracterial esta representado por Liz Taylor y Richard Burton en el filme *¿Quién teme a Virginia Woolf?* El espectador asiste a una relación en la que se suceden fases de todo lo dicho para los otros tipos de pareja, pero con una gran violencia. La pareja pasa de estados de fusión idílica a otros de completa desconexión. También pasan ratos interrogándose, ya sea para reasegurarse o para encontrar motivos de reproches. En el filme, a menudo la violencia es desencadenada por el alcoholismo, que es utilizado agresivamente contra el otro.

El filme muestra también la perversión que suele estar asociada al tipo caracterial o ser una variedad específica. A propósito, la pareja ha construido la ficción de una hija de la que hacen insinuaciones trágicas con las que atormentan a las otras parejas que reciben invitadas a cenar. Más tarde, estas cenas catárquicas en las que han manipulado a placer a la otra pareja y les han transmitido su malestar, se convierten en motivo de nuevos «juegos», con guiones que se repiten como si estuvieran previamente estipulados. La perversión aplicada a los demás forma parte de la alianza narcisista, ya que los denigra al tiempo que los ensalza mutuamente a sí mismos como pareja.

Este tipo de colusión suele conllevar el acuerdo de mantener conversaciones superficiales para no desencadenar confrontaciones.



Figura 22. Escena del film *¿Quién teme a Virginia Woolf?*

El último tipo de pareja es el psicossomático. Se caracteriza por el déficit de mentalización y la negación de la realidad psíquica, lo que da lugar a que el malestar se exprese somáticamente. El pensamiento es operativo, no dirigido a comprender el psiquismo propio o el del otro sino a emprender acciones para eliminar el malestar sin ningún análisis. Así, las tensiones generadas en la relación o en las interacciones sociales se resuelven mediante acciones. Según el grado, se reconocen las emociones, pero estas no son concebidas como una realidad psíquica dinámica y en evolución, sino como algo inamovible, no modificable internamente, sino mediante acciones. Esta negación del psiquismo conlleva una intensa proyección o expulsión de los pensamientos o sentimientos hacia el exterior, los demás o causas «objetivas» externas, y se rechaza activamente la introspección o que el otro haga algún señalamiento sobre el mundo interior. En esta tónica, en esta relación predominan los implícitos y «lo que no se dice», lo que no se expresa mediante palabras (y por tanto no puede ser pensado, contrastado con la realidad o con el otro), sino mediante actuaciones o hechos (*acting out*). La pareja del filme *Un dios salvaje* que hemos comentado desde varios ángulos responde a este tipo de pareja y relación.

Como dicen Font y Perez Testor, estos son solo caracterizaciones de tipos «puros» y los casos son siempre mucho más complejos por varias razones. Una de ellas es que cada uno de estos tipos tiene abundantes variedades. También, en la realidad encontramos parejas mixtas algunas de las cuales se complementan, como «la mujer histeroide y el hombre obsesivo», dando lugar a innumerables tipologías.

[101](#). La vinculación de la patología a hechos reales tiene un componente de denuncia respecto al que ha habido posiciones muy diferentes entre las escuelas psicoanalíticas.

[102](#). Esta es la misma idea que la de Taylor explicada en el capítulo de la cultura, sobre la «ineludibilidad» de los marcos de referencia, sean explícitos o implícitos.

[103](#). Me refiero a los ámbitos como la protección de menores, las drogodependencias o similares, que siempre implican evaluar de una u otra manera a las familias y a las parejas progenitoras. En todos estos campos se encuentran psicopatologías que pasan desapercibidas (subclínicas), que llevan inevitablemente a intervenciones fracasadas.

[104](#). De manera más precisa, se considera que la influencia del terapeuta es siempre la misma para todos los pacientes o bien que es «restada» o neutralizada de la evaluación gracias al autoconocimiento de este.

[105](#). En un trabajo anterior (Llovet, 1976) estudié los puntos y los autores de los acuerdos y desacuerdos.

[106](#). René Diatkine (1918-1997) fue uno de los máximos exponentes de la psiquiatría psicoanalítica y del desarrollo de los servicios públicos de salud mental en Francia. Colaboró estrechamente con Ajuriaguerra, con quien fundó la revista *Psychiatrie de l'Enfant* y hacía una estancia quincenal en Ginebra donde, entre otros, dirigía una sesión clínica con los estudiantes.

[107](#). Esta posición tiene también implicaciones «políticas» (en sentido amplio), ya que, al referir la patología al interior de la persona, se obvia cuestionar las patologías de los contextos.

[108](#). Como he explicado, esta hipótesis es frontalmente contradicha por el descubrimiento del *imprinting* y las hipótesis de la corriente relacional del *attachment*. No obstante, la discusión y conciliación nos llevaría a una larga disquisición metapsicológica y, en todo caso, la hipótesis tiene valor clínico.

[109](#). Tanto en esta explicación como en la de los otros tipos de pareja he seleccionado los rasgos esenciales. El texto original ofrece un análisis más detallado de cada tipo.

[110](#). Dado que la fase oral es la primera del desarrollo, las patologías más graves sufren una fijación a esta.

> 9. LA PSICOTERAPIA DE LA PAREJA

9.1. Principios de la psicoterapia psicoanalítica

Ninguna información al estudiante sin la experiencia, sin el experimento.
GEORGES CHARPAK (PREMIO NOBEL DE FÍSICA, 1992)

Al iniciarme en la psicoterapia psicoanalítica (PP) me sorprendió que no hubiera prácticamente bibliografía, excepto la de tipo muy técnico, algo que no sucedía en temas como la teoría psicoanalítica, el diagnóstico u otros. Si bien ahora la situación es diferente, quisiera explicar las razones de esta carencia, ya que nos introducirán en las características de este tipo de psicoterapia.

La más esencial es que la práctica de la psicoterapia tiene una complejidad emocional que no puede ser aprendida mediante textos ni explicaciones, sino que debe ser reflexionada a partir de la experiencia vivida. Uno de los mayores riesgos es reducir los tratamientos a una serie de reglas técnicas, tal como sí se puede hacer en otros ámbitos. Ciertamente, las reglas deben existir, ya que son la consecuencia lógica, incluso deseable, del avance del conocimiento. Sin embargo, tal como hemos visto con las categorías diagnósticas, las reglas pueden llegar a «cosificarse», tomando autonomía propia y dejando de cumplir su función. Como hemos visto en el diagnóstico, nos alejan de lo esencial: las emociones. De las muchas dimensiones que tiene la psicoterapia, en esta presentación del capítulo quisiera resaltar dos.

La primera y más difícil de captar es el sufrimiento inherente a la psicopatología, que en el tratamiento se afronta directamente. Como sabemos, la tendencia natural es evitar el sufrimiento, incluso de forma inconsciente, por lo que la supervisión es fundamental.

También es necesario el tratamiento personal del terapeuta, para que conozca la experiencia de ser paciente, sus propios conflictos y desarrolle la capacidad de enfrentar el sufrimiento psicológico. El psicoanálisis ha hecho suyo el viejo principio de experimentar en primera persona lo que se aplica a los demás, no por razones morales, sino de conocimiento suficiente. Los riesgos de no seguir estas indicaciones son varios y afectan tanto al paciente como al terapeuta, como veremos con mayor detalle.

La segunda dimensión de la PP es que se orienta a la curación mediante la comprensión del conflicto. Como hemos visto con respecto al diagnóstico, el

psicoanálisis ha enfatizado la comprensión por encima de la aplicación de principios técnicos predeterminados. Los ejes de la comprensión son la visión evolutiva y dinámica del psiquismo que hemos visto en el capítulo anterior. No obstante, dentro del psicoanálisis, la perspectiva intrapsíquica y la relacional discrepan sobre la naturaleza del conflicto, lo que se traduce en algunas diferencias en la concepción de la psicoterapia que ya tuvieron Freud y Ferenczi.

Como recordaremos el primero abandonó la llamada teoría del trauma (según la cual el conflicto era causado por un suceso real) por la teoría instintiva (según la cual era causado por los impulsos y las fantasías). De aquí se dedujo que el tratamiento debe analizar las manifestaciones de los impulsos inconscientes e incorporarlos a la conciencia. La tarea del terapeuta debe ser pues básicamente la interpretación de los síntomas y otras manifestaciones psíquicas que permita recuperar lo que ha sido reprimido. Por el contrario, Ferenczi mantuvo la hipótesis de un suceso traumático real y concibió el tratamiento como una «experiencia emocional correctora». Así, la tarea del terapeuta era acompañar al paciente en la elaboración mental de este suceso que no pudo hacer él solo o con personas de confianza. Sobre esta diferencia inicial, se han desarrollado muchos otros conceptos que responden a dos concepciones básicas distintas del tratamiento: la intrapsíquica, basada en el análisis de las fuerzas internas del psiquismo, y la relacional, centrada en los patrones de relación. Otra de las diferencias, especialmente relevante en el campo de la pareja, es que el modelo intrapsíquico da un lugar central a la identidad, mientras que el modelo relacional da este lugar al *self*.

Como es obvio, en el campo de la pareja el modelo intrapsíquico tiende a interpretar los conflictos en clave individual, como derivados de conflictos internos de cada uno de los miembros. Su interpretación como conflictos de pareja requiere la formulación de nuevos conceptos, especialmente el de la «identidad de la pareja», concibiéndola como una entidad psíquica en sí misma, diferenciada de los individuos que la forman. Esta nueva identidad está formada por la interacción de las proyecciones de ambos mundos internos.

Por el contrario, el modelo relacional requiere menos desarrollos conceptuales. En primer lugar, ya parte de la idea de que los conflictos se generan en las relaciones y no internamente. En segundo lugar, los individuos se relacionan predominantemente en base al *self*, que es múltiple, a diferencia de la identidad que es única. Así, aunque también concibe que la pareja tiene cierta entidad por sí misma, no es propiamente una nueva identidad, sino partes de los individuos (o *selves*) que se activan en su interacción. La visión general de este modelo es, pues, más dinámica, evolutiva y, sobre todo, interactiva. La evolución posterior (tanto de la pareja como de los individuos) no depende tanto de emergencias de los mundos internos, sino de esta activación mutua continuada.

9.1.1. El sufrimiento psíquico

Una de las características de la psicoterapia psicoanalítica (PP) es su actitud respecto al sufrimiento psíquico. Siguiendo los principios dinámicos de Freud, el psiquismo se orienta hacia el placer y desarrolla recursos para preservarse del sufrimiento, que sobrepasados determinados límites, lo desorganiza. Freud comprendió la psicopatología como el establecimiento de un equilibrio inadecuado, ya que el sufrimiento continúa manifestándose mediante síntomas, limitaciones funcionales u otros.

Un punto esencial, derivado de la visión evolutiva, es que el psiquismo queda fijado a utilizar los recursos defensivos propios del estadio en que se produce el sufrimiento excesivo. Así, el psiquismo queda fijado en un estadio evolutivo (al menos en ciertas áreas) y dejan de desarrollarse funciones y tipos de defensas más evolucionadas. La psicopatología es, pues, un efecto del sufrimiento y de evitar que se haga consciente. La psicoterapia pretende desarrollar la capacidad para incorporar en la conciencia los elementos en conflicto que causan sufrimiento. En este sentido, la patología implica una desconexión emocional, mientras que la psicoterapia pretende restablecer esta conexión.

En la pareja encontramos también la tendencia a evitar el sufrimiento, con la diferencia esencial de que los mecanismos defensivos se reparten y complementan entre los dos miembros. La tolerancia al sufrimiento y la capacidad para admitirlo en la conciencia y elaborarlos son diferentes para cada miembro y establecen una relación específica entre ellos. Así, un elemento puede ser admitido en la conciencia de un miembro, pero no en la del otro, como en el caso comentado de la pareja del filme *Un dios salvaje*. Sin embargo, nos interesa superar la visión del sufrimiento en términos individuales y observar cómo se elabora conjuntamente. En algunos casos, el sufrimiento es causado por un suceso externo, ante el cual la pareja puede unirse, desarrollando recursos de apoyo mutuo. En otros, el suceso parece superar la confianza puesta en la pareja como base para enfrentar el sufrimiento y la desunión. Uno de los casos en que esto sucede son las dificultades de crianza, que tienden a separar a la pareja (Perez Testor, 2006).

En otros casos, el sufrimiento es causado por la relación misma. Como recordaremos, para Dicks los sufrimientos fundamentales son la frustración y la decepción, cuando el otro no corresponde a los ideales (del Yo o de pareja) ni sirve a la autoestima, lo que afecta al pacto narcisista. En el terreno patológico, acostumbramos a encontrar que se espera que el otro sea capaz de cumplir expectativas irrealizables. Son elementos delegados o proyectados en el otro siguiendo la tendencia natural del psiquismo. Estos ideales irrealizables proyectados en el otro corresponden a menudo al mito del amor romántico, aunque casi nunca sea explícito (como señalaba Donnel Stern en el debate de IARPP, 2003), o al mito del ajuste perfecto. Si la frustración y la decepción son asumidas como un conflicto con el principio de realidad, conducen a una reformulación de los ideales (Superyó) y una actualización del Yo. Si no es así, son proyectados como algo que el otro se está negando a conceder o es incapaz de conseguir, lo que crea sufrimiento y afecta la subjetividad.

El trabajo intersubjetivo es un recurso psicoterapéutico de primer orden porque permite evidenciar estas proyecciones patológicas y sus efectos en el otro. Sin embargo, es imprescindible que el espacio terapéutico sea un lugar seguro donde cada miembro de

la pareja pueda expresarse, para desarrollar la empatía, la toma de conciencia y otras reacciones más evolucionadas, con menor proyección, defensiva o agresión hacia el otro. La revisión de la etimología del término *patología* nos muestra los tipos básicos de reacciones defensivas contra el sufrimiento. El griego *páthos* tiene tres significados principales: sufrimiento, emoción penosa y enfermedad, todos con el elemento común del sufrimiento, a pesar de los matices y las diferentes causas.

El término *páthos* tiene todavía una cuarta acepción relacionada con las emociones, y en cierto modo, como veremos, con el sufrimiento. Como sabemos, en las democracias de la Grecia clásica era necesario convencer a los auditorios y Aristóteles estableció en *Retórica* (1356 aC) los tres recursos principales para conseguirlo. Lo que resulta interesante es que coinciden con los tipos de reacciones básicas frente al sufrimiento. Uno de los recursos retóricos es el *logos* o apelación a la capacidad de razonamiento lógico, que también se intenta utilizar de forma natural para enfrentar el sufrimiento o el trastorno mental. Otro de los recursos es el *ethos* o apelación a la virtud moral y ética, argumentos que también se utilizan, si bien producen una desconexión o disociación entre partes importantes del psiquismo. Finalmente, el *páthos* o apelación a las emociones, que Aristóteles consideró que era el menos legítimo de los recursos de la retórica, ya que anula la capacidad de pensar y produce dependencia irracional del auditorio hacia el orador. Era, pues, un recurso para manipular a la masa, como también señala Freud (1921), remarcando que esta anulación de la capacidad de razonamiento de los individuos lleva a la emocionalidad extrema, como ocurrió con los fascismos.

Curiosamente, en la historia de la psiquiatría encontramos este tipo de reacciones respecto al trastorno. En sus inicios se consideró la locura una posesión demoníaca o un mal moral (*ethos*), posteriormente se enfrentó racional y objetivamente (*logos*), clasificando los tipos de patología, etc. y, finalmente, se adentró en la comprensión de las emociones y las vivencias que conlleva (*páthos*). En el campo de la atención a la pareja encontramos también estos tipos de aproximaciones: la referencia a los principios morales, las clasificaciones lógicas y el conocimiento de la experiencia vivida. Igualmente, las reacciones de las parejas y los terapeutas frente al sufrimiento responden a los tipos moral, lógico o emocional.

En la psicoterapia, la pareja experimenta la reedición de su conflicto con sufrimiento y el efecto final pretendido es incrementar la capacidad de hacerle frente mediante defensas más evolucionadas. La guía terapéutica de este curso clínico requiere, pues, que el terapeuta sea capaz de reconocer el sufrimiento y poseer defensas avanzadas para afrontarlo, sin negarlo ni recurrir a defensas primitivas. Si bien la formación teórica ayuda, también se puede utilizar inconscientemente para evitar el contacto con el sufrimiento.

Este fue el punto de estudio de un seminario de mi formación en PP, dirigido por Josep Oriol Esteve (1984). En el estudio intentábamos identificar las reacciones defensivas de los terapeutas frente al sufrimiento psicológico en las entrevistas diagnósticas. Siguiendo el modelo psicoanalítico, estas eran no directivas, sin un protocolo predeterminado, sino dejando que el paciente se explicara a su manera, observando cómo vive y cómo

enfrenta el sufrimiento. No es sino al final del proceso diagnóstico cuando se completa la información que no ha surgido espontáneamente. Para el terapeuta es un reto, sobre todo emocional, seguir el relato y comprender el estado del paciente renunciando a la seguridad del protocolo y a interrumpir al paciente con preguntas u otros. Lo que observaremos es que estas interrupciones surgían en los momentos de mayor manifestación del sufrimiento e impedían poder apreciar las defensas espontáneas del paciente frente a este. Si esto es importante en el diagnóstico, lo es mucho más en el tratamiento.

Veamos sus implicaciones en dos sentidos: por una parte, la diferencia entre la perspectiva intrapsíquica y la relacional y, por otra parte, la diferencia entre las psicoterapias individuales y las de pareja. Como se habrá entendido, el modelo intrapsíquico supone que la «no directividad» hace emerger el mundo interno, que no hay que contaminar con intervenciones del terapeuta. A este supuesto, el modelo relacional objeta que lo que emerge está forzosamente condicionado por el terapeuta. Hemos visto anteriormente los argumentos teóricos, pero ahora quisiera analizar este dilema únicamente en relación a su implicación para los diagnósticos y tratamientos.

El primer argumento es que el silencio es ya un tipo de respuesta y que cada tipo de silencio lleva implícitos determinados significados. Pero el argumento más importante es la intersubjetividad y la diversidad del *self*. Como dice Lyons Ruth (2003), la atribución de sentido (significado) a lo que sucede en la relación es una necesidad básica y, por tanto, es continua y se nutre de todos los detalles, por exiguos e imperceptibles que sean. Es pues ficticio que la relación refleje únicamente el mundo interno del paciente. Por otra parte, si aceptamos que el mundo interno no es único (según el concepto de identidad), sino que contiene varias posibilidades (según el concepto de *self*), lo que predomina en un momento dado tiene forzosamente elementos inducidos por el terapeuta. Asumiendo que la relación que se crea entre cada paciente y cada terapeuta es particular, el modelo relacional desestima la ficción de la neutralidad. El terapeuta no asume el papel de una pantalla neutra sobre la que el paciente proyecta sus objetos internos y su pasado, sino el de una persona real y actual. Este nuevo supuesto implica que también el paciente debe desestimar el mito de la neutralidad y ser consciente de la influencia del terapeuta y la especificidad de su relación. Así, el terapeuta hace explícitas sus impresiones siendo consciente de que son suyas y no del paciente, ya que en el modelo relacional, el objeto no es concebido como interno y fantaseado, sino externo y real. Igualmente, la relación resultante no es una exteriorización del mundo interno del paciente, sino una combinatoria específica de ambos. Así, como norma general que se aplica tanto a la díada terapéutica como a la formada por una pareja, en el modelo relacional nos remitimos a la realidad y su impacto sobre el mundo interno y no a la inversa. No obstante, el riesgo de evitar conectar con el sufrimiento sigue siendo esencial.

En una ocasión recibí a una pareja que venía completamente decepcionada y desconcertada. Habían consultado al que había sido el terapeuta de uno de ellos en un tratamiento individual anterior, con el que la experiencia había sido buena. El que había

sido su paciente explicaba que si bien inicialmente le habían sorprendido sus silencios, luego los apreció enormemente, ya que le habían permitido desarrollar su mundo interno. Así, al tener dificultades de pareja, volvió a dirigirse al mismo terapeuta. Sin embargo, esta vez le explicó que, desde entonces, había cambiado de técnica y se había «convertido en terapeuta relacional» (como dijo la pareja). La pareja se encontró que no podía explicar suficientemente lo que les pasaba y los interrumpía continuamente contando sus propias impresiones, ejemplos de otros casos y consejos varios. Después de algunas sesiones con la impresión de no haber avanzado, decidieron buscar un terapeuta que «primero los escuchara». Este es un caso caricaturesco, pero muestra los riesgos de la «personificación» del terapeuta, si este se defiende del malestar.

La pareja también se defiende del sufrimiento y el de uno «resuena» en el otro y moviliza sus defensas inconscientes. También es habitual que la manifestación del sufrimiento sea sentida como una queja o un reproche y que ponga en crisis el ideal de pareja y el pacto narcisista, razones por las cuales se evita y requiera, un marco terapéutico capaz de enfrentarlo.

9.1.2. La asociación libre

*All psychopathology is a failure of imagination.
(Toda psicopatología es una falla de la imaginación.)*
STEPHEN MITCHELL

La primera y la más característicamente de las reglas del tratamiento psicoanalítico establecidas por Freud es la asociación libre. A partir de los descubrimientos de Ramón y Cajal sobre la transmisión neuronal, Freud elaboró la hipótesis de que todo lo que era percibido en los sucesos traumáticos quedaba grabado y, por tanto, a partir de alguno de los datos, debía ser posible reconstruir lo que había sucedido. El obstáculo era que en esta aproximación surgía el sufrimiento y las defensas para evitarlo. Para evitar la vigilancia consciente (una vez había desestimado recurrir a la hipnosis), Freud daba a los pacientes la instrucción, prácticamente la única, de decir lo que les viniera espontáneamente a la mente, fueran recuerdos, pensamientos o emociones, evitando cualquier tipo de censura, tanto si esta era de orden lógico (encontrar que lo que emergía era absurdo, desordenado o nimio, sin relación aparente con el trastorno), o moral. Esta consigna se extendía también, o especialmente, al relato de los sueños, en los que los significados ocultos son más fáciles de desvelar, ya que la conciencia y la censura están sustancialmente mermadas.

La primera función de la asociación libre es, pues, exploratoria: captar estos significados latentes reprimidos y conducir a la comprensión del conflicto. No obstante, la asociación libre tiene el efecto de expandir la mente y la comunicación con el terapeuta, liberándola del control de la lógica, la coherencia u otros. Este es un efecto terapéutico, por lo que, la asociación libre, como otros recursos psicoanalíticos, tiene a la vez valor diagnóstico (o exploratorio) y valor terapéutico. Por estas dos razones, la asociación libre tiene un valor emblemático para el psicoanálisis, ya que condensa su

actitud ante el psiquismo, la psicopatología y la psicoterapia. Su idea básica del psiquismo es su dinamismo y evolución, en un enriquecimiento continuo y capacidad de relacionar los diferentes elementos que lo componen, lejos de una concepción compartimentada o estática de sus funciones. La psicopatología es concebida como una detención del desarrollo, con recurrencia a los mismos mecanismos, pérdida de movilidad o flexibilidad psíquica y desconexión o falta de asociación entre elementos que deberían estar conectados.

Finalmente, la psicoterapia es concebida como una recuperación del funcionamiento dinámico, evolutivo y de la capacidad para relacionar los elementos. Por esta última razón, el psicoanálisis tiene un recelo básico hacia los protocolos diagnósticos, pero, sobre todo, de los protocolos psicoterapéuticos (lo que no obstante no ha impedido que se hayan desarrollado escalas, test, modalidades terapéuticas con parámetros predeterminados, como las psicoterapias focales, limitadas en la temática, o las breves, limitadas en el número de sesiones). Pero por encima de todo, la idea de que la psicopatología es el resultado de la represión o falta de circulación de los elementos del psiquismo y la psicoterapia es su recuperación, hace que la asociación libre tenga una consideración privilegiada.

Antes de ver cómo se aplica a la pareja, remontémonos brevemente a los inicios. Freud halló que los mecanismos defensivos transformaban los elementos inconscientes en su acceso a la conciencia y le llamó poderosamente la atención que las transformaciones fueran análogas a las figuras lingüísticas: el simbolismo, la metáfora, la metonimia, la proximidad fonética y otros. Este fue el primer código interpretativo que aplicó a varias manifestaciones psíquicas (sueños, lapsus, síntomas, etc.) con el fin de desvelar su significado originario (inconsciente). Ya que la razón de las transformaciones es eludir la censura, su interpretación libera emociones, recuerdos o representaciones mentales reprimidas, de modo que es posible reconstruir los hechos registrados por la memoria. [111](#)

Como recordaremos, las investigaciones de Hebb y Kandel han mostrado lo acertado de la asociación libre. Efectivamente, los sucesos con gran carga emocional activan y configuran redes neuronales que, en el futuro, volverán a activarse juntas. Igualmente, la segunda ley de Hebb, según la cual las experiencias actuales y más recientes «actualizan» las redes preexistentes, explica que la psicoterapia sea una «experiencia emocionalmente correctora» como decía Ferenczi. Las condiciones para que se produzca este efecto son que la experiencia sea emocionalmente bastante significativa y active suficientemente las redes neuronales implicadas. Previamente, es necesario que disminuyan sensiblemente las defensas y el espacio terapéutico sea capaz de escuchar y acoger el mundo interno con benevolencia, lo que se ha llamado «alianza terapéutica». Esta no se limita a una mayor permisividad o relajamiento del Superyó, sino que paciente y terapeuta reparten sus papeles, asumiendo este la función observadora y analítica mientras el paciente se entrega a manifestar lo que emerge espontáneamente en su mente.

La alianza terapéutica que posibilita la asociación libre en la pareja es bastante más compleja, ya que la situación triangular dificulta de forma esencial este reparto. No debe

evitarse tan solo la censura interna del que habla, sino, especialmente, la del otro, así como la de ambos sobre lo que es admitido en la conciencia de pareja. La colusión o pacto narcisista condensa estos diferentes aspectos defensivos de la pareja. Así, el establecimiento de la alianza terapéutica es mucho más difícil en la psicoterapia de pareja, tema en el que profundizaremos en el siguiente apartado.

El primer caso en el que Freud (Breuer y Freud, 1895) descubrió las transformaciones de los elementos reprimidos en su acceso a la conciencia fue el de Ana O. Esta paciente padecía una parálisis de las piernas y Freud pudo relacionar este síntoma de conversión histérica con el hecho de que había tenido reposada sobre esta parte de su cuerpo la cabeza de su padre, muerto súbitamente en un prostíbulo. El síntoma de la parálisis parecía ser pues una metáfora del suceso traumático. Lo que lo puso en la pista del significado fue una decodificación lingüística. Ana había soñado que estaba en una iglesia «protestante» hablando con monjas igualmente «protestantes», donde sonaba una extraña música y se oía bastante alboroto. Este último fue el elemento que llamó la atención de Freud y le pidió que asociara, que explicara lo que acudía espontáneamente a su mente. Surgió entonces la comparación de aquella música y alboroto con el ambiente de los cabarets y establecimientos similares. Así, Freud comprendió que la iglesia y las monjas «protestantes» eran transformaciones de la realidad y representaban respectivamente un prostíbulo y las prostitutas.

En el caso de Ana, llama la atención el componente moral de la censura, pero no es el único ni el más importante a tener en cuenta. Por encima de este, está el impacto de la muerte del padre y la destrucción de su imagen idealizada justo al iniciarse el proceso de duelo por su muerte. La represión mantenía, pues, al padre idealizado y el síntoma expresaba la necesidad de mantenerse en contacto con él, teniendo las piernas inmovilizadas, como si su cabeza todavía reposara en ellas. El síntoma expresaba, pues, simbólica e inconscientemente el conflicto.¹¹²

A pesar de las grandes diferencias formales, la asociación libre es un recurso de primer orden también en la psicoterapia de pareja, con los mismos efectos movilizadores y de expansión de la conciencia. En la pareja no suele haber elementos fuertemente reprimidos, pero sí ignorados o descuidados. De igual forma, raramente surgen de la asociación libre elementos interpretables en términos de la distinción clásica entre significados manifiestos y latentes, pero sí elementos que pueden ser resignificados. A menudo, en la pareja, los elementos que surgen han sido confinados en los psiquismos de uno de los dos miembros, pero no admitidos en la pareja o bien ignorados por los dos. Los conflictos reducen considerablemente el espacio mental de la pareja, que queda fijada en unos temas recurrentes en los que ambos miembros mantienen posturas también fijas. En estos casos, la asociación libre relaja la censura mutua y, bajo la protección terapéutica, permite que emerjan elementos nuevos en la conciencia de pareja. La asociación libre puede aplicarse a sueños, olvidos, *lapses* en el transcurso mismo de la sesión u otras ocasiones en las que emergen elementos discordantes, que contienen dobles significados ocultos con carga emocional.

En una sesión de pareja, la mujer explicó un sueño que había tenido después de la sesión anterior. En aquellas visitas, previo permiso de los pacientes, me acompañaba un alumno en prácticas, un joven rubio con unos ojos de un azul brillante extremo. Ambos estábamos de espaldas a la ventana, de modo que la luz deslumbraba ligeramente a los pacientes y, a sus ojos, nos mantenía a nosotros en una semipenumbra. La mujer explicó que en el sueño iba por una calle principal con mucho sol y, de golpe, tras una esquina, se encontró en un callejón oscuro. La calle ya no era pavimentada, sino de tierra, llena de hierbas, piedras y accidentes diversos. Se acercó a un rincón donde unos hombres parecían ocupados en alguna tarea. Vio que estaban alrededor de un bache. Mirando adentro, vio un ataúd. Dos de los hombres eran manifiestamente quienes estaban haciendo el entierro. Uno de ellos, serio, parecía ser el jefe del otro, que era joven y sus ojos, muy claros, brillaban en la oscuridad del rincón. Sintió la presencia de un tercer hombre, lo miró y vio que era su esposo y le preguntó, asustada: «¿Tú qué haces aquí?». Él no contestaba y entonces, no sabe muy bien por qué, comprendió que estaban enterrando a su padre. Tuvo un gran golpe emocional y se marchó corriendo, avergonzada de no saber que su padre había muerto.

Invité a ambos a asociar sobre el sueño. Obviamente el elemento curioso eran los ojos del joven, que hacían pensar en el alumno. Por razones de espacio, obviaré interpretar muchos elementos de este sueño tan rico. Nos centraremos en la vergüenza que sintió, relacionada con esos ojos, por los que se sentía intimidada y juzgada. De forma más amplia, expresaba la vergüenza de abrir su intimidad en las sesiones terapéuticas. Esta revelación, mediante el sueño, sobre cómo se sentía en la visita, contribuyó enormemente al progreso terapéutico.

La comprensión de que el joven del sueño representaba al alumno fue repentina, y provocó la risa espontánea de todos. Aunque momentáneamente se sintió desconcertada y avergonzada, esto fue muy benéfico para la mujer, porque la puso en otro escenario, uno de tipo «recreativo». Este es un concepto expuesto por Alberto Eiguer (2002), recordando que, para Freud (1937), la psicoterapia debe tener el clima de la *Tummelplatz*, o «plaza de los túmulos» (alborotos), que es un lugar de juegos y recreación popular, como metáfora del caos de las asociaciones libres en las que emerge el inconsciente y el Ello (como el callejón del sueño anterior). Para Eiguer, la reivindicación del carácter recreativo de la psicoterapia no debe interpretarse como una distracción del proceso terapéutico, al contrario, como un margen de libertad para descubrir nuevos aspectos y relaciones contenidos en las producciones psíquicas. Más especialmente, Eiguer recuerda que en los momentos recreativos escolares (el «patio»), se expresan aspectos de la personalidad que no se manifiestan dentro del aula. En este espacio con reglas diferentes, donde corren los chistes y las ocurrencias ingeniosas, el mal alumno se convierte en el líder de los juegos, y todo es diferente. Del mismo modo, el clima terapéutico recreativo con las parejas y las familias permite que se manifiesten aspectos que contienen posibilidades de nuevos equilibrios que en la dinámica cotidiana quedan ocultos.

Por último, quiero señalar que es esencial que sea la pareja quien haga las asociaciones. En el caso expuesto, es obvio que comprendí que el chico del sueño representaba el alumno. No obstante, las asociaciones del terapeuta deben tomarse como hipótesis aún por confirmar, confirmación que no puede venir sino de los propios pacientes. Es más, cuando el paciente muestra una posibilidad en la que no habíamos pensado, suele tener razón y aprendemos algo nuevo. Por otra parte, una interpretación del terapeuta, especialmente si implica a un solo miembro de la pareja, corre el riesgo de dejarlo en evidencia. Son, pues, los dos miembros de la pareja quienes deben construir la nueva comprensión y atribuir nuevos significados.

9.1.3. La mentalización

La mentalización es uno de los conceptos que ha sufrido una evolución más acentuada y se utiliza con varios significados, entre los que nos centraremos en los que son más relevantes para la pareja. El punto de partida del concepto fue el problema central de la psicoterapia: el paso de los elementos de la conciencia al inconsciente y viceversa. Como recordaremos, esta fue la pregunta inicial de Freud y Kandel.

Freud (1933) concibió la psicoterapia como un proceso que tenía que conseguir que «donde había el Ello, debe haber el Yo», es decir, que los impulsos instintivos fueran admitidos, elaborados e incorporados en la conciencia, formando parte del Yo. Freud pensó que la vía para conseguirlo era la interpretación de lo que había sido reprimido y su restitución en la conciencia. La discrepancia con Ferenczi (1932) se produjo porque este creía que la integración en la conciencia requería la «experiencia emocional correctora» del diálogo terapéutico. En esta concepción, el terapeuta no debía limitarse a desvelar de una vez lo que había sido reprimido, sino ser un interlocutor en el proceso de integración, lo que nos aproxima a la pareja. Se formaron así las dos perspectivas psicoanalíticas. Mientras Freud concebía que la integración de los impulsos dependía de la estructura psíquica interna formada en el desarrollo, Ferenczi, sin negar esta premisa, creía que esta integración dependía de los diálogos y contextos relacionales de los pacientes. La perspectiva histórica muestra que, a pesar del poder terapéutico de la interpretación, la integración de los elementos interpretados en la conciencia no se realiza de una sola vez sino mediante un proceso. Como hemos visto, el descubrimiento de la plasticidad neuronal y de las neuronas espejo apoya la idea de Ferenczi, ya que los cambios en las redes neuronales dependen de la influencia continuada de las necesidades adaptativas, es decir, del diálogo con el entorno. En términos de redes neuronales, su actualización (extinción de las antiguas vías y formación de las nuevas) requiere una activación continuada.

Así, recientemente, la mentalización, entendida como acceso a la conciencia de determinados elementos, ya no es considerada un fenómeno estrictamente individual, sino relacional. Entre las varias profundizaciones, hemos mencionado la teoría de la mente, por la que nos hacemos una idea de la mente del otro y, en particular, de sus intenciones. Así, tal como en la «situación extraña» de Ainsworth (1978), el niño

interpreta las intenciones de la madre y se adapta a ellas, también los miembros de la pareja interpretan y se adaptan a la mente del otro (sus deseos, expectativas, intenciones) y no lo hacen solo de manera consciente, sino de manera inconsciente, o mejor dicho, implícita. La mentalización es, pues, sustancial a la pareja y, sin duda, su déficit es causa de patología, ya que la falta de comprensión se convierte en fuente de conflictos no solo interpersonales sino también individuales. Una parte esencial del trabajo terapéutico de pareja es, pues, preservar el espacio para que se puedan desarrollar los discursos individuales. Los elementos conflictivos en la relación de pareja se mantienen a menudo en la zona del preconscious, en la que tanto pueden tomar la dirección de la represión, deviniendo inconscientes, como el de la conciencia. Para Freud, Klein y los otros autores del paradigma intrapsíquico esta elección depende de las fuerzas y defensas que actúan en el interior del psiquismo. Por el contrario, desde una perspectiva relacional, los contextos tienen una gran influencia en la dirección que tomen.

Observamos claramente esta influencia en la escena del filme *Un dios salvaje* (Llovet, 2012b) que ahora podemos revisar desde este punto de vista. En la secuencia previa al vómito (que representa la expulsión del elemento en conflicto) observamos que la madre del niño agresor tiene pensamientos críticos con su estilo educativo en una zona fluctuante de su conciencia (en el preconscious). Así, mientras dialoga con la otra madre, este pensamiento emerge a la conciencia, pero en cambio es rechazado violenta e involuntariamente cuando dialoga con su marido, quien excluye taxativamente este pensamiento de su propia conciencia y, por efecto de su dominancia en la pareja, ella lo excluye también. Esto nos lleva a considerar que las patologías que se expresan en el contexto de la pareja no son necesariamente individuales o previas a su formación.

Uno de los problemas que han puesto de manifiesto autores a los que ya me he referido (Utrilla, 1998; Mannoni, 1979) es que desde la perspectiva intrapsíquica, en el análisis de las biografías siempre encontraremos antecedentes individuales de los conflictos actuales de pareja que nos pueden llevar a indicar un tratamiento individual sin considerar otras posibilidades que, simplemente, no se han explorado. En una vertiente técnica, otros autores (Perez Testor, 2006) señalan la posibilidad de que el tratamiento de un solo miembro agrave los conflictos, ya que el otro miembro no realiza el mismo proceso. Por el contrario, el abordaje conjunto permite considerar ambas vertientes (intrapsíquica y relacional) del conflicto y tratarlas diferenciadamente. Esta es la elección terapéutica del caso de Claudia y Pablo.

Recordemos que Claudia conocía su conflicto interno (los celos patológicos), ya que había hecho un tratamiento anterior. Cuando inició la relación con Pablo y comenzaron la convivencia, ella se distanció del foco patógeno (su familia y la conversación recurrente sobre las infidelidades de su padre) y su conflicto quedó latente. No obstante, al quedarse embarazada, además de la mayor sensibilidad propia de este estado, se aproximó nuevamente a su familia y, en sus conversaciones, se activó nuevamente este foco que revirtió en conflictos de pareja que hacían empeorar considerablemente la depresión de Pablo, iniciada por motivos laborales. Se creó así una de las reacciones circulares típicas de pareja. El efecto de la consulta conjunta fue contextualizar y

diferenciar cada foco patológico individual y comprender cómo se potenciaban mutuamente.

Alberto Eiguer (2006 y 2013) y Anna Ma. Nicoló (1999 y 2005) señalan que, en la colusión, la pareja elabora conjuntamente las defensas. En ocasiones, ambos miembros utilizan las mismas, reforzándose. En otras ocasiones, las defensas son diferentes y se complementan. Así, mientras Claudia disociaba de la conciencia el recuerdo de sus anteriores celos patológicos y proyectaba intensamente la figura del «padre infiel» y su propia infidelidad virtual sobre Pablo, este, de carácter muy introvertido, se acomodaba (dicho de forma masoquista) e intentaba desmentir estas proyecciones con argumentos. Claramente, a partir del embarazo se había alterado el equilibrio y ambos se defendían de la angustia de abandono.

Profundizando en lo que sucede en el plano inconsciente, Eiguer describe la «interfantasmaticización»¹¹³ de las parejas, por la que se produce una interacción entre las fantasías inconscientes de ambos, fenómeno que observamos en Claudia y Pablo. La fantasía inconsciente es la infidelidad, que curiosamente es completamente disociada por Claudia y proyectada sobre Pablo, que la asume en el contexto de su depresión. El efecto de las sesiones conjuntas es que se crea un contexto de mentalización, de interrogación sobre lo que piensa y siente el otro, que facilita el acceso de los elementos disociados a la conciencia.

9.1.4. Alianza terapéutica y colusión

A propósito de la asociación libre nos hemos referido a la alianza terapéutica y sus dificultades específicas en la pareja. Veámosla ahora con mayor detalle aunque no obtendremos una visión completa hasta el apartado siguiente, en el que explicaremos la transferencia. La alianza terapéutica es la que se establece entre el terapeuta y el paciente, distribuyéndose los papeles de «observador» y «actor» con el fin de disminuir la censura y establecer un espacio más permisivo e integrador de las emociones y los pensamientos. El hecho fundamental es que el paciente se sienta suficientemente en confianza para delegar esta función observadora, sintiéndola una ayuda para la comprensión de lo que le sucede, y no como una crítica o censura.

La peculiaridad de la atención a la pareja es que, mientras en los tratamientos individuales los conflictos manifiestos (que habitualmente son con la realidad externa del paciente) están fuera de la situación terapéutica, aquí la realidad externa en la que se producen los conflictos es la propia pareja y, por tanto, está dentro de la situación terapéutica. En algunos casos, los pacientes esperan que el terapeuta intervenga directamente en el conflicto en lugar de limitarse a aportar elementos comprensivos. Ciertamente, mientras la díada o situación a dos (paciente y terapeuta) tiende de manera natural a la alianza, la tríada o situación a tres (pareja y terapeuta) tiende a la rivalidad y la alianza entre dos, dejando al tercero excluido. Así, una de las observaciones comunes de los terapeutas es que los miembros de la pareja en conflicto tienden a buscar en el terapeuta un apoyo a sus posiciones y que promueva los cambios deseados en el otro o

actúe a modo de juez que da la razón a una de las partes. Finalmente, como en toda situación triádica, se produce una competencia por la atención y trato preferencial. La actitud del terapeuta es pues delicada, ya que, como observa Lemaire (1998), cada uno de ellos debe sentirse apoyado de manera muy personalizada y con cierta complicidad con el terapeuta, hecho que fácilmente puede desvelar celos o ser sentido como un ataque al vínculo de pareja. En este sentido, el reconocimiento y validación individuales a los que nos hemos referido antes son esenciales para la formación y el mantenimiento de la alianza y tienen unos efectos que veremos pronto.

Un segundo hecho diferencial de la alianza terapéutica es que la pareja se sustenta y mantiene sobre el pacto narcisista, lo que tiene una vertiente negativa y otra positiva. Como hemos visto, uno de los elementos del pacto narcisista es la proyección de la hostilidad hacia el exterior, lo que explica que algunas parejas resuelvan rápidamente la crisis con proyecciones de este tipo hacia el terapeuta, lo que es una resolución «en falso».

Podemos tomar nuevamente la escena del filme *Un dios salvaje* para ilustrar la dinámica de las alianzas de pareja ante una intervención exterior. Vemos que la madre del niño agredido cuestiona el estilo educativo de los padres del niño agresor, cuestionamiento que encuentra eco en la madre de este. No obstante, este cuestionamiento entra en conflicto con el pacto narcisista (o colusión) de pareja. A continuación, el film nos muestra que la pareja se reencuentra para afianzarse en su pacto y descalificar la voz crítica, dirigiendo su agresividad contra esta. El filme nos muestra, pues, lo que no debe hacerse, ya que tendrá efectos contrarios a los deseables: interpretar sin alianza terapéutica previa ni participación activa o iniciativa del propio paciente o pareja en la construcción de la interpretación.

Las intervenciones que lesionan el pacto narcisista son siempre negativas, dado la vertiente positiva de este. Varios autores (Friedlander y otros, 2011) señalan que el propio pacto narcisista es la base de la alianza terapéutica, ya que contiene la estima de la pareja por sí misma, incluida la esperanza y el deseo de mantenerla. Hay, pues, una relación directa entre este pacto y la implicación de la pareja en el proceso terapéutico y su demanda de ayuda. Así, una alianza terapéutica fuerte indica la gran estima de los miembros de la pareja por esta, mientras una alianza terapéutica débil, aunque pueda parecer falta de confianza en el terapeuta, indica una fractura importante en la pareja.

El análisis de la pareja que consulta suele mostrarnos que esta ha perdido parte de su capacidad para ser un espacio emocionalmente seguro. En estos procesos, las expresiones emocionales individuales se excluyen mutuamente y entran en conflicto como si la expresión de uno implicara necesariamente la anulación de la expresión del otro. Como dice Susan Johnson (2005), la pareja «clama» por la conexión emocional y la comprensión del otro. La alianza se producirá, pues, sobre la base de la mutualidad, convirtiéndose el terapeuta en agente facilitador o garante de que la expresión emocional sea segura, es decir, reconocida, escuchada y tratada con cuidado.

Es interesante remarcar que la pareja se identifica con el trato terapéutico que recibe y lo incorpora a su repertorio de interacciones. Entre las varias explicaciones, quisiera

recuperar la idea de Freud, según la cual en el estadio más avanzado del narcisismo, el individuo devuelve al otro el modelo de cuidado que ha recibido e interiorizado. Si en el primer estadio predomina el egoísmo de recibir atención, en el estadio avanzado se produce un «egoísmo altruista», por el que uno se siente satisfecho por dispensarlo (véase también Eiguier, 2008).

Esta doble vertiente de la alianza terapéutica justifica que ocasionalmente se realicen sesiones individuales. Su efecto no se produce tan solo sobre el individuo que ha hecho la sesión, sino también sobre el que ha estado ausente, por dos motivos. Por un lado, implícitamente aprende que él también puede ser atendido individualmente. Por otra parte, implica un reconocimiento y la legitimación de los espacios individuales de cada uno. Complementariamente las sesiones individuales ponen a prueba la confianza depositada en el terapeuta y la fortalecen.

Por último, debemos referirnos al primer efecto descubierto de la colusión: el antiterapéutico. Como hemos visto, se produce cuando el terapeuta y el paciente comparten una zona «ciega» y es una alianza inconsciente para no tratar el conflicto. Este tipo de colusión se produce en la atención a las parejas por las mismas razones.

9.1.5. Transferencia y contratransferencia

Desde el inicio, el psicoanálisis identificó la transferencia como la fuerza motriz del cambio terapéutico. Podemos remitirnos, pues, a las dos principales ideas originales. La primera es que el paciente transfiere su conflicto inconsciente a la relación terapéutica o, expresado con un pequeño matiz diferente, proyecta este conflicto sobre el terapeuta. La segunda idea fue que la transferencia es lo contrario del narcisismo, ya que implica que se deposita la carga emocional sobre el otro. De aquí se explicó la dificultad en el tratamiento de las psicosis, caracterizadas precisamente por el repliegue emocional sobre sí mismo. Igualmente, fue la explicación vigente durante muchos años para que no se trataran niños, ya que supuestamente tienen la sus cargas afectivas íntegramente depositadas sobre sus padres.

El hecho de que la pareja esté unida por el pacto narcisista es una de las razones principales de que la psicoterapia de la pareja sea especialmente difícil. El repliegue de las cargas emocionales sobre sí misma y muchos de los fenómenos que hemos visto (la membrana extradiádica que delimita la pareja, la preservación de la intimidad, la situación triangular que implica la terapia y otros) hacen de la pareja un mundo de difícil acceso. La transferencia depende, pues, de un cierto debilitamiento del vínculo de pareja, si bien, al mismo tiempo, requiere que este mantenga cierta fortaleza. Efectivamente, si por una parte, la pareja solicita ayuda terapéutica porque sufre una crisis (frustración, decepción, desconfianza, etc.), al mismo tiempo, solo la solicita si sus miembros mantienen una estima y esperanza suficiente.

Inicialmente Freud consideró la transferencia un fenómeno patológico y resistencial, opuesto al progreso terapéutico, ya que los elementos reprimidos que emergen tienden a depositarse directamente en el terapeuta (el objeto que encuentran y que les ha hecho

emerger), en lugar de ser observados neutralmente buscando comprenderlos como un objeto de estudio, tal como Freud pretendía. Freud se dio cuenta de que los pacientes proyectaban el núcleo mismo del conflicto que sufrían, que en aquellos casos era mayormente el conflicto entre las instancias morales (Superyó) y las instintivas (el Ello). Antes de aplicar estos conceptos a la pareja, recordemos la anécdota histórica de su doloroso aprendizaje que causó una conmoción considerable en Bleuler, maestro y compañero de investigación de Freud y en el mismo psicoanálisis como ciencia.

La liberación de los afectos reprimidos hizo que la paciente, Ana O. se enamorara intensamente de Breuler, un hombre ya mayor y con una gran reputación y estatus científico y social. En el curso del tratamiento, Ana imaginó que estaba embarazada de él, sufriendo incluso mareos, vómitos y otros síntomas propios de este estado. Esta transferencia conmocionó a Breuler, por lo que derivó a la paciente a Freud y emprendió un largo viaje recreativo con su esposa. Al finalizar el viaje, no volvió a realizar tratamientos psicoanalíticos y se apartó de Freud, refutando especialmente su teoría de la sexualidad infantil. Esta anécdota muestra el efecto contrasferencial que provocó la liberación y la proyección de lo que estaba reprimido.

De forma menos dramática, Freud comprobó también la transferencia, si bien la afrontó como un reto teórico y técnico, con una visión científica. Sin embargo, sabemos por las cartas a su amigo Wilhelm Fliess (Freud, 1892-99) y por su biógrafo Ernest Jones (1953), que lo comentó con su esposa Marta, lo que le creó una gran inquietud que obligó a Freud a tranquilizarla abundantemente. Estas dos anécdotas del descubrimiento de la transferencia muestran también su reverso: la contratransferencia, que en el caso de Bleuler fue dramática. Más adelante, Freud se dio cuenta de que la transferencia era inherente y necesaria para la psicoterapia, lo que han corroborado los descubrimientos neurológicos al mostrar que la modificación de las redes neuronales y, por tanto, el cambio terapéutico depende de su activación.

Aunque salvando las diferencias, la pareja transfiere al terapeuta sus conflictos, que, mayormente, son funciones que están en crisis y no son suficientemente realizadas por ella misma. Así, a menudo esperan obtener comprensión emocional, conciliación o juicio sobre las desavenencias o diferencias de opinión. En conjunto, estas proyecciones tienen un carácter parental y de demanda de protección tanto en la vertiente positiva, benevolente, como en el aspecto negativo. Así, se proyectan también los aspectos negativos del funcionamiento de pareja: el miedo a no ser entendido, a ser juzgado negativamente y no encontrar la seguridad y reconocimiento emocional.

La transferencia que realizan las parejas jóvenes que sufren una crisis a raíz del nacimiento del primer hijo nos muestra de manera más evidente su carácter general de transferencia del conflicto latente. En la profunda transformación de la relación de pareja que conlleva la parentalidad, las parejas suelen proyectar en el terapeuta una figura protectora y comprensiva, de la que esperan comprensión de sus dificultades, orientación y consejo. Dicho de una manera gráfica, transfieren una figura similar a la de los abuelos benevolentes, pacientes y sabios. Es una transferencia característica de las llamadas «patologías del déficit» (Balint, 1968), que se produce ante nuevos retos que producen

sentimientos de incapacidad. Por el hecho de contener los elementos del conflicto, en otras ocasiones, la transferencia puede ser extremadamente compleja, como los casos de trastornos de carácter, perversiones (véase Eiguer, 2003) y otras patologías graves.

Uno de los conceptos interesante relacionados con el de transferencia es el de «pretransfer», concepto que conocí por Palacio Espada (1988 y 1992) y se refiere a la actitud de los pacientes hacia su conflicto antes del primer contacto con el terapeuta. Palacio se dio cuenta de que algunos pacientes ya han iniciado el análisis de su conflicto y buscan en el terapeuta una ayuda para llevar a cabo este análisis. Otros, en cambio, tienen escasa noción del mundo mental o bien esperan deshacerse del conflicto sin más. En estos casos, el terapeuta es visto con hostilidad, ya que parece que se niegue a hacer desaparecer el conflicto o no se avenga a banalizarlo o negarlo. Sea como sea, el conflicto queda depositado en él, con el riesgo de que se cumpla el dicho «matar al mensajero». De ahí la importancia de evaluar el pretransfer o actitud analítica previa. Tanto si esta actitud es previa como si surge durante las entrevistas, la implicación del paciente en la comprensión del conflicto es fundamental y lo es mucho más en la pareja, en la que la desimplicación de uno de ellos indica una actitud resistencial, que conllevará seguramente que se cuestione o se deshaga el camino que se ha avanzado unilateralmente durante la sesión terapéutica.

La contratransferencia recibió más atención de Ferenczi, más interesado en el acompañamiento emocional y, por tanto, más expuesto a sus efectos sobre el terapeuta. Ferenczi no la consideró un fenómeno patológico o resistencial, aunque ocasionalmente pudiera serlo. Al contrario, comprendió que la contratransferencia permite identificarse con el paciente y aproximarse a lo que siente. Este es uno de los posicionamientos básicos característicos del psicoanálisis relacional, aunque raramente utiliza el término de contratransferencia y escasamente el de transferencia. Las razones son de orden teórico, ya que ambos conceptos se refieren a la proyección de objetos internos sobre los externos, lo que implica una concepción intrapsíquica.

Como hemos visto extensamente, el psicoanálisis relacional no concibe que en sus inicios el psiquismo esté replegado sobre sí mismo, sino, por el contrario, que la búsqueda de relación es un impulso primario. Desde esta perspectiva, resulta claro desde el inicio que lo que la pareja atribuye al terapeuta es la calidad de objeto protector que restituya el sentimiento de seguridad. Por otra parte, la contratransferencia tampoco se concibe únicamente como una proyección del mundo interno del terapeuta sino el resultado de la interacción específica de este con cada pareja.

9.1.6. Los aspectos formales y el *setting* o encuadre

El último aspecto esencial de la psicoterapia es el formal, llamado en conjunto *setting* o encuadre que define la frecuencia y la duración de las sesiones. En el caso de la pareja existe la variable específica de si las sesiones son siempre conjuntas o bien se pueden realizar sesiones individuales.

La función esencial del encuadre es fijar el espacio y el tiempo del tratamiento, delimitando de manera similar a como la membrana extradiádica delimita la pareja y la protege y diferencia del resto, permitiendo que tenga el carácter de *Tummelplatz*, o espacio regido por reglas diferentes, donde se expresan aspectos de las personalidades que son arriesgados o no permitidos en otros espacios.

Una segunda función del encuadre es preservar la continuidad y sistemática del tratamiento, evitando que varios tipos de incidencias, que pueden ser manifestaciones encubiertas de la propia patología o defensivas, lo desorganicen. Relacionado con esta función, el encuadre sirve también para dar al mundo psíquico un lugar preferencial. Brevemente, el encuadre es el continente que hace posible la mayor libertad en la expresión del mundo psíquico.

La especificidad del encuadre en la psicoterapia de la pareja ha sido abundantemente debatida. Según algunos autores debe regirse por los mismos principios que la psicoterapia individual: siempre con la misma o mismas personas para evitar la interferencia de fuerzas inconscientes o de resistencias. No obstante, esta opción tiene el riesgo de «cosificar» las reglas y conducir a su aplicación ciega. Otros especialistas que he ido mencionando son por lo general mucho más eclécticos, tanto en los conceptos que utilizan como en cuestiones técnicas, como el encuadre, y eligen lo que creen más conveniente para cada caso y cada momento de la evolución. Esta flexibilidad se justifica en la pareja por la necesidad que pueden tener sus miembros de revisar aspectos emocionales específicos que no requieren necesariamente un tratamiento individual aparte. Esta flexibilidad aporta algunos beneficios que he comentado recientemente. Un ejemplo es que realizar sesiones individuales implica el reconocimiento y la legitimación de la individualidad y las necesidades particulares, lo que tiene un efecto sobre el conjunto de la pareja. Hay un concepto del ámbito médico para referirse a esta flexibilidad, el de «criterio clínico», según el cual no deben aplicarse las reglas genéricas ciegamente, sino las más pertinentes al caso u ocasión específica. Este criterio forma parte de un principio esencial de la psicoterapia, según el cual en esta se puede hacer casi todo, siempre que sepamos por qué lo hacemos y los efectos que puede tener.

9.2. Focos psicoterapéuticos

La psicoterapia es una actividad en la que intervienen multitud de variables que no pueden ser reducidas a unas reglas determinadas, por lo que es fundamental tener marcos de referencia que nos orienten en el «tumulto» de las emociones y fenómenos inconscientes que emergen. En este apartado retomaremos conceptos relacionales utilizados anteriormente para explicar las fases de la pareja, tomándolos esta vez como marcos de referencia para la psicoterapia o «focos», como llamamos en el mundo psicoanalítico al hecho de centrarnos en aspectos determinados del funcionamiento de la pareja que son relevantes para el conflicto que tratamos, excluyendo otros que no lo son.

En esta introducción a los focos de la psicoterapia de la pareja hay que recordar que siempre se refieren a la misma y no a los individuos que la forman. Prácticamente todos

los autores llaman la atención sobre la dificultad de construir esta visión, ya que la tendencia natural es percibir a los individuos antes que a las parejas, los grupos u otras entidades. Para construir esta visión, algunos autores (Dicks, 1967; Nicoló, 2010b) proponen considerar la pareja como un «tercero» que está presente en la sesión terapéutica además de los individuos.

9.2.1. Los patrones relacionales

Anteriormente hemos visto la noción de «patrón relacional» creada por Mary Ainsworth (1978) a partir del concepto de apego de Bowlby, considerado la fuerza principal del psiquismo. El apego cumple la función adaptativa de buscar la protección y cuando no es satisfecha genera angustia de abandono. Así, el apego impulsa al bebé a la relación con la madre u otra figura protectora y a adaptarse a sus características con el fin de preservar la relación. A partir de esta premisa, el psiquismo se organiza formando patrones relacionales que posteriormente se aplican a las otras relaciones. Bowlby remarcó que estos patrones no dependen solo del bebé sino también de la madre y, sobre todo, de la especificidad de su relación. Enmendaba así de forma sustancial la idea predominante de que los modos de relación están determinados exclusivamente por factores internos. Efectivamente, ni las madres se relacionan igual con todos sus hijos ni el mismo hijo se relacionaría igual si su madre fuera otra.

Esta visión es muy relevante para la psicoterapia de la pareja porque nos indica en primer lugar que su modo de relación está condicionado por la angustia del abandono. En segundo lugar indica que su modo de relación no es atribuible a sus miembros de forma individual, sino a su interacción. La angustia de abandono (o la necesidad de apego) determina que los individuos se adapten mutuamente, a veces de formas patológicas. Bowlby remarcó que los patrones relacionales son «modelos de funcionamiento interno»¹¹⁴ que no contienen únicamente aspectos emocionales, sino también perceptivos y cognitivos. Así, como hemos visto en los casos clínicos, los patrones comportan determinados funcionamientos de la conciencia y del curso del pensamiento.

El caso de «J» (epígrafe 4.1., Llovet, 2010a) nos mostraba que en el patrón evitativo hay una importante represión que excluye de la conciencia las informaciones que producen angustia de abandono. La consecuencia psicopatológica era que J sufría ataques de pánico de los que no podía reconocer las causas. Así, cuando inició las consultas, a pesar de tener grandes dificultades en las relaciones sentimentales, no las relacionaba con los ataques.

El caso de Claudia y Pablo (Llovet, 2010b) nos mostraba también estos amplios efectos de los patrones evitativos sobre la percepción y el pensamiento. En este caso, un incremento de la necesidad de apego producida por el embarazo provocaba, de forma paradójica, el distanciamiento de la pareja, en un círculo vicioso. La intervención psicoterapéutica llevando a la conciencia elementos de la realidad que habían sido

disociados, produjo un choque emocional e inició un proceso de reorganización del apego, pero también una «deconstrucción»¹¹⁵ de su pensamiento.

Las parejas con patrones evitativos acostumbran, pues, a tener dificultades para identificar los puntos de conflicto y la angustia de abandono de manera análoga a lo que sucede en la díada primaria. Como muestran las investigaciones de Ainsworth (1978) y Lyons-Ruth (1999 y 2003) en la «situación extraña», en el reencuentro los niños ignoran la madre y niegan intensamente los sentimientos de abandono o resentimiento. Por su parte, las madres perciben estos sentimientos en el niño, pero se sienten culpables y dudan de su capacidad para reconducir la situación, por lo que también los niegan o banalizan.

Este patrón suele estar en la base de las patologías histeroides o psicósomáticas según la clasificación de Font y Perez Testor (1994), ambas caracterizadas por los déficits de mentalización. Varios autores (Bartholomew y Horowitz, 1991; Marrone, 2001: 144; Johnson, 2005) han descrito el curso que siguen las emociones: son sentidas intensamente, pero se anticipa la frustración y todo el conjunto se banaliza y reprime de la conciencia, atribuyendo el malestar emocional a otras causas. Todos señalan que este patrón debilita el apego y la disposición de la pareja a contar con el otro, a pesar de que, justamente, sienten un déficit de apego, creándose una reacción circular.

Los patrones «preocupados» conllevan un intenso funcionamiento obsesivo que, claramente, persigue conservar el objeto amado. El caso de Carlos, el paciente que mostraba su teléfono móvil y se deshacía en explicaciones a su pareja, muestra que la angustia de abandono lo llevaba a desarrollar la sintomatología típica de las neurosis. Su pareja compartía en gran medida este mismo patrón y ambos dedicaban grandes esfuerzos a reasegurarse, sin embargo, sin conseguirlo. La pareja funcionaba, pues, según el tipo «obsesivo» (Font y Perez Testor, 1994), caracterizado por la duda recurrente y la preocupación por resolverla. La tarea terapéutica principal fue hacer conscientes los sentimientos ocultos bajo la intensa racionalización.

El patrón preocupado es, en ciertos aspectos, el reverso del patrón evitativo. La angustia de separación no es negada, sino objeto de una intensa elaboración. Así son frecuentes las parejas mixtas, en las que la elaboración mental característica del patrón preocupado compensa los déficits de mentalización del patrón evitativo, mientras que este, más emocional, compensa la desafectivización. La pareja se convierte así en «terapéutica» de manera natural, siempre que ambos elaboren la «teoría de la mente», es decir, comprendan el estado mental del otro. El trabajo terapéutico, pues, no debe ser tanto interpretativo (el terapeuta que desvela el significados ocultos), como mutuamente interrogativo (el terapeuta que pide a un miembro de la pareja su interpretación del estado mental o las intenciones del otro).

Finalmente, el cuarto patrón «desorganizado» añadido por Main (1981) conlleva también una notable desorganización del pensamiento que redundará en fluctuaciones emocionales, nuevamente en una causalidad circular. Este patrón ha sido muy estudiado recientemente dentro del gran impulso para atender las patologías graves (psicosis y trastornos caracteriales o de personalidad), en las que es típico.

En este patrón, la angustia de abandono es muy intensa y provoca fluctuaciones extremas en los estados de ánimo e inseguridad en los vínculos. Si estas características no son demasiado extremas, el tipo desorganizado se beneficia de la complementariedad con el patrón «seguro» y el «preocupado» (que aporta capacidad de elaboración y organización). En cambio, su combinación con el patrón evitativo es muy problemática. La intensa emocionalidad de ambos se potencia mutuamente y pueden alternar periodos de ajuste y desajuste muy intensos con resultados imprevisibles.

La labor terapéutica con estos patrones es muy difícil, ya que las funciones perceptivas y cognitivas se ven muy afectadas por la intensidad emocional. Requiere una fuerte contención y provoca en el terapeuta los sentimientos (contratransferenciales) que experimenta la pareja: desorientación y desesperanza. Este es un elemento clave común en este tipo de patrón.

Es poco frecuente que las parejas con patrones seguros tengan grandes conflictos y las consultas suelen producirse por dificultades adaptativas, frente a sucesos extraordinarios. El patrón «seguro» se forma por la experiencia de continuidad de la protección y cuidado recibido, de modo que las separaciones y conflictos son afrontados con la certeza emocional del reencuentro y el entendimiento. En este patrón hay pues un núcleo de sentimiento de esperanza fundamental para hacer frente a las dificultades (Fonagy y Target, 1997), que también llamamos «resiliencia» (Cyrulnik, 2001) o resistencia frente a las adversidades.

Las investigaciones muestran que se acompaña de la «teoría de la mente», con reconocimiento de los estados del otro, con el efecto de que los sentimientos y pensamientos se mantienen en la conciencia en lugar de ser reprimidos, como sucedía en la pareja de *Un dios salvaje*.

Este patrón complementa frecuentemente alguno de los otros siempre que estos no tengan un carácter extremo. En caso contrario, o bien el patrón seguro no conecta suficientemente con la angustia de abandono del otro o bien resulta mermado en sí mismo, afectando el equilibrio individual y convirtiéndose estéril para compensar la angustia del otro. La complementariedad, pues, solo se mantiene dentro de un determinado margen.

9.2.2. Las membranas diádicas

Anteriormente hemos tratado el concepto de «membranas» propuesto por Henry Dicks (1970). La membrana «extradiádica» delimita a la pareja respecto del exterior, y la «intradiádica» delimita a los individuos entre sí. La connotación biológica del término membranas sugiere que tienen las cualidades de «permeabilidad», «selectividad», «flexibilidad» y «resistencia». Estos conceptos son de una gran utilidad en la psicoterapia de la pareja ya que se refieren a fenómenos fáciles de observar y elaborar por el terapeuta y los pacientes. Como señala Perez Testor (2006), sea cual sea el camino seguido para un tratamiento de pareja, tiene efectos sobre las membranas, lo que indica que son muy significativas del funcionamiento de la pareja. En este sentido, Nicolás

(2010b) ha remarcado el interés de focalizar el trabajo terapéutico en las influencias recíprocas entre las dos membranas (que regulan las relaciones interpersonales dentro y fuera de la pareja respectivamente) y los mundos internos (intrapsíquico). El concepto de membranas tiene también la virtud de facilitar la visión de la pareja como un sistema, como han desarrollado los psicoanalistas Beebe y Lachmann (2010), vinculados a IARPP.

Las membranas se modifican de acuerdo con la evolución de la pareja de forma que una de las primeras observaciones que podemos hacer es que su configuración en una determinada etapa puede ser disfuncional en la siguiente. Como hemos visto, en el enamoramiento se forma la membrana extradiádica y la pareja se concentra en sí misma a la vez que se aísla emocionalmente del exterior, mientras que, por el estado de fusión, la membrana intradiádica es muy permeable, y en contrapartida es muy selectiva y excluye amplias áreas de las personalidades de los enamorados. A medida que la pareja evoluciona, esta membrana deviene menos selectiva, incluye estas áreas individuales excluidas, y también menos permeable, ya que disminuye la fusión. Esta disminución puede producir decepción y sentimiento de pérdida del ideal del amor romántico y el ajuste perfecto.

La parentalidad es otro de los momentos de gran remodelación de las membranas y también el momento de mayores conflictos y rupturas de la pareja. La formación de la diada madre-bebé conlleva un refuerzo de la membrana intradiádica de pareja o mayor distanciamiento de sus miembros. Podría parecer que la parentalidad, en la medida que es una creación común, debería unir. No obstante, la recopilación de Perez Testor (2006) muestra lo contrario. El hecho es que a pesar de este elemento común, los estados emocionales son muy diferentes y, por otro lado, la parentalidad hace emerger las identificaciones profundas de cada individuo que pueden entrar en conflicto.

A lo largo del desarrollo de la pareja se van produciendo diversas remodelaciones que afectan a la privacidad y la intimidad, por lo que una de las propiedades más importantes de la membrana intradiádica es su flexibilidad para adaptarse a los requerimientos de cada fase. De otro modo, los individuos se sienten invadidos por el otro o, al contrario, se sienten ignorados o que el otro es inaccesible. Las membranas no son, pues, aspectos formales sino que tienen un gran impacto emocional y sobre las maneras de sentirse.

Una de las situaciones de conflicto típicas señalada por varios autores (Dicks, 1970; Perez Testor, 2006; Lemaire, 2010) es la derivada de los diferentes posicionamientos de los individuos respecto a los cambios culturales de la modernidad. Como hemos visto en el capítulo dedicado a la cultura, la modernidad conlleva un trato sustancialmente diferente de la intimidad (incluida la sexualidad) y la realización individual, temas que implican a todas las instancias psíquicas (las fuerzas instintivas, el despliegue del Yo y los valores y la autoestima contenidas en el Superyó) y al posicionamiento de las membranas.

Así, el antiguo régimen regula los roles de género y la membrana intradiádica está rígidamente establecida, es muy asimétrica, y muy selectiva, conservando cada miembro sus círculos y actividades según su género. Por el contrario, en la modernidad, el ideal

igualitario tiende a la simetría y los individuos tienen un amplio margen para negociar los límites entre ellos. Los autores mencionados señalan las discordancias culturales que pueden producirse entre los individuos. En el siguiente apartado veremos una nueva perspectiva de las relaciones intradiádicas.

9.2.3. Los modos del *self* de Mitchell y la intersubjetividad

Como recordaremos, los modos relacionales de Stephen Mitchell (2000), explicados en el epígrafe 5.2. del capítulo dedicado al desarrollo de la pareja, se refieren a la representación del otro en relación a sí mismo (*self*). De manera más específica, se refieren a la noción de la existencia independiente del otro, en una réplica de la evolución del bebé, que pasa de una noción de su madre únicamente vinculada a sus propias necesidades, a la noción de su vida independiente y de sus otras relaciones. En su aplicación a la pareja, los modos de Mitchell describen, pues, el reconocimiento del otro en el sentido más amplio: sus necesidades, sus otras relaciones, iniciativa, etc., independientes de uno mismo. Vemos, pues, que es otra perspectiva de la membrana intradiádica.

En este modelo, Mitchell asume las ideas fundamentales de Bowlby del apego como necesidad o impulso primario, la formación del sentimiento de seguridad interna como base para desarrollar la propia iniciativa y autonomía, y, finalmente, el reconocimiento de la iniciativa y autonomía del otro. Quisiera hacer tres precisiones. Una es que Mitchell concibió los modos como propiedades de la relación y no de los individuos, en coherencia con la idea común de los autores relacionales que hemos visto en varios pasajes. Así, podemos encontrar individuos en general muy dependientes que, sin embargo, se sienten muy seguros en su pareja y se relacionan con terceros con gran independencia. La segunda precisión es que los modos están estrechamente vinculados a la mentalización o «teoría de la mente del otro». Esta determina, pues, que cuando el otro está físicamente ausente o se halla en otras redes relacionales, continúe presente en la propia mente. Los modos tienen, pues, cierta relación con la capacidad para la soledad. Finalmente, Mitchell consideró los modos «momentos ahora», es decir, estados emocionales (*self*) puntuales, aunque puedan ser recurrentes.

Brevemente, el modo relacional 1 es el «interactivo», en el que se desarrolla una interacción real y los compañeros son percibidos en función de los efectos directos de uno sobre el otro. Mitchell señaló su carácter prerreflexivo, razón por la cual, las parejas en las que predomina este modo suelen expresar el malestar, las pequeñas decepciones y frustraciones y las tensiones de forma concreta y tangible, con reclamos de que el otro haga tal o cual cosa. Dado su carácter muy concreto, también se expresan mediante somatizaciones. Mitchell observó que este modo se manifiesta también hacia el terapeuta, esperando que actúe o proporcione consejos e instrucciones concretas.

El modo 2 es la «permeabilidad» emocional, con una intensa conexión, pero poca diferenciación. Es un estado fusional, con escasa complementariedad, contraste y enriquecimiento mutuo. La pareja puede encontrarse pues inmersa en sentimientos

idénticos, potenciados en intensas reacciones circulares. En este modo se debilita la membrana intradiádica y se refuerza la extradiádica, con muchas posibilidades de que la pareja se aisle. Este funcionamiento hace pensar en una intensa activación de las neuronas espejo y también en el estadio anaclítico del narcisismo (según Freud), en el que el otro cumple una función de apoyo esencial, con gran indiferenciación entre ambos. Obviamente este modo puede ser indicativo de patologías compartidas y fuertes defensas contra la angustia de disgregación (individual o de la pareja).

El modo 3 es la «experiencia organizada» o «configuraciones *self-otro*», en el que los individuos están diferenciados y ejercen roles complementarios. Mitchell pone como ejemplo las díadas «madre-hijo» o «padre-hijo», en las que cada miembro se siente a sí mismo en relación al otro. Encontramos conflictos en este modo en las parejas que afrontan cambios de ciclos vitales u otros eventos que requieran nuevos roles (como la parentalidad) o la adaptación de las configuraciones *self-otro* vigentes hasta ahora. También lo encontramos en configuraciones patológicas estables, como resultado de proyecciones masivas, la función de las cuales es diferenciarse rígidamente del otro. El ejemplo más habitual son las parejas con un miembro que sufre una enfermedad mental, adicción u otros trastornos. En casos menos extremos pero aún patológicos, los miembros de la pareja se asignan mutuamente rasgos de personalidad que determinan cómo debe sentirse cada uno a sí mismo y cómo debe sentirse al otro, con pocas posibilidades de evolución, ya que son esencialmente complementarios y los cambios de uno afectan necesariamente al otro. El trabajo terapéutico en este modo relacional redefine la intersubjetividad y permite superar la rigidez de las proyecciones y atribuciones sobre el otro.

Por último, el modo 4 es la intersubjetividad, en el que los miembros de la pareja se reconocen mutuamente como seres independientes, con iniciativa, decisión e intereses propios e incluidos en otras redes relacionales. Este modo requiere sentimientos de seguridad y confianza en el otro y un nivel más alto de maduración del vínculo de pareja. Observamos su similitud con el patrón relacional seguro y, por otra parte, un funcionamiento muy selectivo de ambas membranas, ya que ambos se relacionan de forma diferente entre ellos según las ocasiones y también de forma diferente en sus relaciones externas.

El sentido general del trabajo terapéutico focalizado en la intersubjetividad es estimular las expresiones individuales en presencia del otro, prestando especial atención a las limitaciones, sean autoimpuestas o procedentes del otro. Estas tienen a veces sentido positivo, dejando espacio al otro, o sentido negativo, impidiendo que desarrolle ciertos aspectos de su personalidad. Las autolimitaciones pueden tener igualmente los dos sentidos, en ocasiones supeditándose al papel asignado por el otro (como el caso de Pablo, que se acomodaba a los celos patológicos de Claudia), o bien limitaciones de la propia expansión cuando esta invade o impide la expansión del otro.

9.2.4. La vergüenza y otros sentimientos

El último foco terapéutico que trataremos es el de las emociones que son conscientes o lo pueden ser con relativa facilidad y forman una parte importante de la manera de sentirse y de la noción de sí mismo (*self*). Como hemos visto en la teoría y en los casos comentados, su acceso a la conciencia está altamente influenciado por el contexto relacional y por la pareja. El reconocimiento y la validación (del otro) son las claves de este acceso.

Repasando la evolución de la pareja, esta se inicia con una activación general que predispone a la emergencia de variedad de nuevos *selves*. Sin embargo, su consolidación depende de su ejercicio continuado en la interacción. A lo largo de su ciclo vital, los *selves* (individuales y compartidos) de la pareja tendrán varias oportunidades de reconfigurar su compleja combinación. En ocasiones el ajuste con el otro obtura determinadas emergencias con diversos resultados. La mujer de una pareja expresaba muy gráficamente que, después de un tiempo casada, sentía que se estaba «divorciando de sí misma». Explicaba claramente que no podía desarrollar dentro de la pareja varios aspectos de su personalidad. Algunos eran recuperados de su adolescencia («tocar el piano, como solía de joven»), otros eran aspectos que siempre había querido desarrollar sin haberlo podido hacer por causas diversas y ahora sentía que ya no podría hacerlo nunca. El problema era que su marido no daba ningún valor a estos aspectos, lo que la hacía sentirse infantil, ridícula y, en definitiva, avergonzada. Su «divorcio interno» era una clara explicación del bloqueo y la fractura que sentía en su interior.

En este apartado dedicaré especial atención al sentimiento de la vergüenza que, a partir de los años 80, ha recibido una atención creciente. Tanto es así que algunos de los sentimientos extensamente estudiados, en particular la culpa, han sido reinterpretados como derivados de la vergüenza (véase el estudio de Rodríguez Sotil, 2008). Dentro del psicoanálisis del *self*, sus estudiosos la consideran evolutivamente anterior a la culpa y el sentimiento más relevante en la formación de la noción de sí mismo (Morrison, 1987).

Tomemos perspectiva para adentrarnos en este sentimiento. En un estudio que aprecio mucho por su innovadora visión evolucionista, Slavin y Kriegman (1992: 305) citan la observación clásica de Tomkins (1987) sobre la vergüenza como una emoción que surge cuando se inhibe rápidamente una excitación o interés. Esto es lo que observamos en la manifestación más conocida de la vergüenza: el rubor de los adolescentes cuando se alude a la sexualidad. Es un tema que les suscita un interés que creen que deben inhibir ante la mirada de los otros y así surge la vergüenza.

Darwin (1872) consideró que el rubor y las otras manifestaciones que la acompañan (la aceleración cardíaca y respiratoria, la sudoración, etc.) son reacciones neurovegetativas ante situaciones de peligro que predisponen al organismo a la acción (*e-motions*). Desde esta perspectiva, la vergüenza emerge efectivamente en situaciones de inhibición de una excitación o interés, pero el elemento desencadenante de la inhibición es la percepción de peligro y el sentimiento de vulnerabilidad. Parece, pues, ser un aviso que cumple la función adaptativa de la supervivencia en la naturaleza que tiene continuidad en la cultura. La filósofa moral Martha Nussbaum (2004) y Michel Foucault (1975) han resaltado el papel esencial de la vergüenza y la ignominia en la aplicación de la justicia y

la regulación de la vida colectiva. A lo largo de la historia, la trasgresión de la ley no se ha castigado solo con privación de libertad o dolor físico, sino también con el dolor psíquico de la vergüenza y el estigma social. En el mismo sentido, Víctor Hernandez (2008) muestra también el papel central de la vergüenza en el castigo bíblico a Adán y Eva.

Tisseron (1992) y Lichtenberg (2006) han señalado que la vergüenza es un mecanismo fundamental de regulación social del comportamiento y, especialmente, de las interacciones sociales e interpersonales. En la misma línea, Lansky (2005) reinterpreta el papel de la vergüenza en los conflictos intrapsíquicos analizados por Freud. Como recordamos, Freud interpretó los síntomas histéricos como resultado de la represión inconsciente del conflicto entre el instinto sexual (el Ello) y las normas sociales interiorizadas (el Superyó). Aunque no hiciera mención, es obvio que este conflicto causaba sentimientos de vergüenza a las pacientes, actuando esta como agente interno de los mecanismos sociales de regulación del comportamiento. Así, la reacción que desde una perspectiva intrapsíquica es considerada culpa, desde una perspectiva relacional es interpretada como vergüenza.

Andrew Morrison, psicoanalista de referencia en este tema, sintetizó el papel de la vergüenza como agente interno en la metáfora de un ojo que mira críticamente adentro del sujeto produciendo un «sentimiento de fracaso o deficiencia del *self*» (Morrison, 1987). Así, el sujeto intenta ocultar esta deficiencia a los ojos de los demás y también a sí mismo, lo que tiene efectos de amplio espectro sobre su desarrollo psíquico, tanto en la vertiente relacional como en la interna.

La aportación definitiva de Morrison fue, pues, vincular la inhibición desencadenada por la vergüenza, no solo a una excitación puntual sino, mucho más ampliamente, al sentimiento sustancial de sí mismo como deficitario. Este amplio efecto se produce porque el *self* es el centro de donde parte la iniciativa y la capacidad de decidir. Así, la vergüenza inhibe el crecimiento de ciertas tendencias psíquicas y el sujeto no se atreve a tomar iniciativas y decisiones. La sexualidad es la tendencia más evidente y conocida que resulta inhibida por la vergüenza, pero no es la única. Morrison (1996 y 2008) explicó que la vergüenza afecta a varios aspectos del narcisismo: el ideal del Yo, la imagen de sí mismo y la autoestima vigilan e inhiben ciertas emergencias. Lo más relevante para la pareja es que está arraigada en el pacto narcisista que incluye también estos aspectos. Así, las emergencias de nuevos *selves* no es solo vigilada por el «ojo interno» de uno mismo sino también por el del otro, que siente afectado su propio narcisismo. Así, la pareja, a la vergüenza propia añade la «vergüenza ajena».

Para finalizar la visión de la vergüenza, quisiera mencionar su vertiente positiva, reivindicada por Rosa Velasco (2008 y 2010a). Su conceptualización de la vergüenza como una «disfunción relacional» (un concepto probablemente nuevo) lleva a considerarla un efecto de contextos relacionales en los que ha vivido el paciente, pero que puede ser revertido en un contexto terapéutico. El punto de partida es considerar la vergüenza un indicador de un aspecto de la personalidad que ha sido inhibido. En varios trabajos Velasco (2010a y 2011) muestra que el campo intersubjetivo emocionalmente

seguro que representa la psicoterapia permite desarrollar estas tendencias que tomaban el camino de la inhibición y la represión. Los indicios de vergüenza que emergen en la relación terapéutica son, pues, oportunidades de deconstrucción o, como diría Ferenczi, de «experiencia emocional correctora» (en este contexto, preferiría llamarla «restauradora»).

En esta línea mostrada por Velasco, quisiera mencionar todavía dos conceptos que se refieren a la vertiente negativa de la vergüenza, pero también pueden ser considerados en su vertiente positiva. Uno es el concepto de «sistemas vergonzantes», con el que Dona Orange (2005) se refiere a los contextos relacionales que, mediante la vergüenza, obturan la emergencia de ciertos *selves*. Sus contrarios serían los «sistemas de reconocimiento y validación», que favorecen la expresión de los *selves* ocultos y permiten nuevas iniciativas. El segundo concepto es el de «acomodación patológica», de Brandchaft (citado por Morrison, 2008), que se refiere al mecanismo interno por el cual el sujeto renuncia a ciertas iniciativas o la expresión de ciertos aspectos de sí mismo con el fin de preservar las relaciones en sus términos actuales, como hacía Pablo. El concepto opuesto es la «asimilación expansiva», o mecanismo interno por el que el sujeto osa afirmar estas iniciativas y aspectos de sí mismo y modificar los términos de la relación.¹¹⁶ El valor de la aportación de Velasco es que muestra que la cuestión no es evitar que emerja la vergüenza, sino la interpretación y el trato que se le da.

En un trabajo anterior (Llovet, 2012a) interpreté tres casos de problemáticas de pareja (Velasco, 2011; Slavin, 2006; Llovet, 2012b) en los que la psicoterapia había tenido el efecto de revertir limitaciones autoimpuestas y favorecía emergencias mediante el reconocimiento y la validación. En estos casos, donde previamente existía «la convicción (consciente o inconsciente) de ser alguien defectuoso» (Morrison, 2008), produjo «la experiencia de ser alguien de valía para alguien» (Velasco, 2008). Esta es ciertamente otra vía para que, como decía Freud, «donde estaba el Ello, haya el Yo», o lo que ha sido inhibido impulse nuevas iniciativas.

9.3. La función psicoterapéutica natural de la pareja

Quisiera terminar este estudio resaltando la idea que surge sobre la función natural que cumple la pareja cuando estudiamos su patología y intervenimos para resolverla.

Como he dicho, la psicoterapia de la pareja es considerada uno de los campos más difíciles y su desarrollo es muy reciente, lo que no deja de ser sorprendente cuando pensamos que formar pareja viene realizándose desde siempre y podemos argumentar científicamente que es una necesidad básica. Sin embargo, los obstáculos para desarrollar la atención terapéutica han sido muchos y todavía están presentes en buena medida.

Por otra parte está aún por hacer un estudio sobre la felicidad o infelicidad que ha aportado la vida en pareja a lo largo de los siglos. No es que el tema no se haya tratado, por el contrario, el más antiguo de los relatos comienza con un conflicto de pareja y la infelicidad que comportó a los míticos Adán y Eva y a toda su descendencia. Más allá de

la interpretación literal que se ha hecho durante siglos, su mensaje es que la infelicidad es inherente a la vida en este mundo y los conflictos son inherentes a la vida en pareja, conclusión a la que han llegado también prácticamente todos los pensadores de las últimas décadas, incluidos los científicos. Muy probablemente este fuera el secreto que nos desvelaría un estudio profundo sobre la vida en pareja a lo largo de la historia. Sin embargo, quizá sea justamente la infelicidad por la lucha inherente a la vida lo que nos empuja al apareamiento, y no por un impulso masoquista como han propuesto algunos, sino, al contrario, por el impulso a buscar la seguridad y la felicidad, aunque estas no estén garantizadas ni se cumplan menudo. Sabemos que el apareamiento se convierte en sí mismo en fuente de conflictos y, sin embargo, hacemos grandes esfuerzos para conseguir y mantener al menos momentos de felicidad y sentimientos de seguridad y compañía emocional.

Sea como sea, practicando la psicoterapia, sorprende que conflictos que han tenido efectos nefastos durante largo tiempo, se resuelvan en algunos casos con la aparente facilidad de una serie de conversaciones. Hemos analizado extensamente las razones por las que las parejas han sufrido obstáculos inadvertidos, pero finalmente, la solución surge al poder hablar, poder escuchar y poder pensar conjuntamente en un espacio que da preferencia absoluta al cuidado y la seguridad emocional. Así se consiguen sortear los puntos en los que la pareja se había atascado o empeorado su entendimiento y se abre no solo una nueva fase de la pareja sino también del desarrollo de los individuos. El apareamiento trasciende pues sus fines biológicos y culturales, y si en el pasado esta podía ser una propuesta moral (en el sentido de que implica una cierta jerarquía de valores), los avances científicos de los últimos tiempos muestran que es el camino natural del desarrollo. Como hemos visto extensamente, los seres vivos necesitan y buscan relación, pero este objetivo en sí mismo conlleva la segunda ganancia de convertirse en una base a partir de la cual desarrollarse individualmente, lo que enriquece la pareja y le da un nuevo sentido.

¹¹¹. En el epígrafe 7.1.2. del capítulo 7, he explicado otras transformaciones de los elementos inconscientes que en conjunto llamo «transformaciones lógicas del inconsciente».

¹¹². El nombre real de Anna O. era Bertha Pappenheim (1859 a 1936). Era austriaca judía, militante feminista y fundadora de la Jüdischer Frauenbund (Liga de las Mujeres Judías).

¹¹³. Recordemos que, en la terminología francesa, «fantasma» equivale a «fantasía».

¹¹⁴. *Internal Working Models (IWM)*. En un trabajo anterior (Llovet, 1976) revisé varios estudios sobre los estilos cognitivos asociados a las patologías, entre los que mencionaría especialmente los de Elsa Schmit-Kitsikis, con quien colaboré en la Universidad de Ginebra.

¹¹⁵. Pierre Benghozi (2012) ha elaborado y aplicado el interesante concepto de «remodelación» (*remaillage*), sinónimo del concepto de «deconstrucción», con parejas y familias.

¹¹⁶. Adopto la conceptualización de Piaget: en la acomodación, el sujeto se modifica para adaptarse al objeto o al entorno; en la asimilación, el sujeto cambia el objeto o el entorno para adaptarlo a sí mismo.

> BIBLIOGRAFÍA

- Aberastury, A. y Knobel, M. (1984): *La adolescencia normal*. Barcelona: Paidós.
- Aguilar, J.; Oliva, V. y Marzani, C. (1998): *L'entrevista psicoanalítica*. Barcelona: Columna.
- Ainsworth, M.; Blehar, M.; Waters, E. y Wall, S. (1978): *Patterns of Attachment*. Hillsdale, Nueva Jersey: Erlbaum.
- Ansermet, F. y Magistretti, P. (2004): *A chacun son cerveau. Plasticité neuronale et inconscient*. París: Odile Jacob.
- Aulagnier, P. (1991): *Los dos principios del funcionamiento identificador: permanencia y cambio*. Buenos Aires: Paidós.
- Aron L. (1991): «The patient's experience of the analyst's subjectivity». *Psychoanalytic Dialogues* 1:29-51.
- Balint, M. (1967): *The basic fault*. Londres: Tavistock.
- Bateson, G. y otros (1971): *Interacción familiar. Aportes fundamentales sobre teoría y técnica*. Buenos Aires: Tiempo Contemporáneo.
- Bateson, G. (1972): *Steps to an ecology of mind*. Nueva York: Ballantine Books.
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. (1991): «Attachment styles among young adults». *Journal of Personality and Social Psychology* 61, 226-244.
- Bauman, Z. (2000): *Modernidad líquida*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2004.
- Bauman, Z. (2003): *Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. México: Fondo de Cultura Económica, 2005.
- BCPSG (2002): «Explicating the implicit: The local level and the microprocess of change in the analytic situation». *International Journal of Psychoanalysis*, 83:1051-62.
- BCPSG (2007): «The foundational level of psychodynamic meaning», *I J P*, 88: 825-842.
- BCPSG (2008): «Forms of relational meaning: Issues in the relation between the implicit and the reflective verbal domains», *Psychoanalytic Dialogues*, 18: 125-148.
- Beebe, B.; Lachmann, F.; Markese, S. y Bahrck, L. (2012): «On the Origins of Disorganized Attachment and Internal Working Models: Paper I. A Dyadic Systems Approach». *Psychoanalytic Dialogues*, 22:2, 253-272.
- Benghozi, P. (2010): «Le scénario généalogique Honte». *Dialogue*, 2010/4 (n.º 190).

- Benjamin, J. (1988): *Los lazos del Amor. Psicoanálisis, feminismo y el problema de la dominación*. Buenos Aires: Paidós, 1996.
- Berenstein, I. y Puget, J. (1990): «Nuevas aportaciones al psicoanálisis de pareja y familia». *Terapia familiar*, 13 (20), 9-18.
- Berrios G. E. y Marková I.S. (2003): «The self in psychiatry: a conceptual history», en Kircher, T. y David, A. (eds.) *The Self in Neurosciences and Psychiatry*. Cambridge: Cambridge University Press, 9-39.
- Bettelheim, B. (1976): *The Uses of Enchantment: The Meaning and Importance of Fairy Tales*. Nueva York: Knopf.
- Bleichmar, H. (1999): «Fundamentos y aplicaciones del enfoque modular-transformacional». *Aperturas Psicoanalíticas*, n.º 1.
- Bion, W. (1962): *Volviendo a pensar*. Barcelona: Paidós, 1966.
- Bowlby, J. (1946): *Forty four juvenile thieves*. Londres: Bailliere, Tindall & Cox.
- Bowlby, J. (1951): *Maternal Care and Mental Health*. Ginebra: World Health Organisation WHO. Monograph series.
- Bowlby, J. (1969): *Attachment. Attachment and Loss* (vol. 1). Nueva York: Basic Books. *El vínculo afectivo*. Buenos Aires: Paidós, 1969.
- Bowlby, J. (1978): «Attachment theory and its therapeutic implications», en Feinstein: *Developmental and Clinical Studies*. Nueva York: Jason Aronson.
- Breuer, J. y Freud, S. (1895): «Estudios sobre la histeria en Freud», *OC*, vol. I.
- Buchheim, A. y Kächele, H. (2003): «Adult Attachment Interview and Psychoanalytical Perspective». *Psychoanalytical Inquire*, 23: 81-101.
- Campo, A. (1985): «El aburrimiento». Policopiado del autor, en *Teoría, clínica y terapia psicoanalítica: 1957-1991*. Barcelona: Paidós, 1993.
- Cannon, W. B. (1915): *Bodily Changes in Pain, Hunger, Fear and Rage – An Account of Recent Researches*. Nueva York: D. Appleton and Co.
- Castells, M. (1997): «La Era de la información. Economía, Sociedad y Cultura». *Vol. 2. El poder de la identidad*. Madrid: Alianza, 1998.
- Clulow, C. (2001): *Adult Attachment and Couple Psychotherapy: The «Secure Base» in Practice and Research*. Londres: Brunner-Routledge.
- Coderch, J. (2010): *La práctica de la psicoterapia relacional*. Madrid: Ágora.
- Coderch, J. (2012): *Realidad, Interacción y cambio psíquico*. Madrid: Ágora.
- Corominas, J. (2000): «Núcleos de sensorialidad no mentalizada: sus manifestaciones en la clínica analítica». *Temas de Psicoanálisis*; vol. V, 9-21.
- Cramer, B. (1974): «Interventions thérapeutiques brèves avec parents et enfants». *Psychiatrie de l'Enfant*, XVII, 1, 1974, 53-117.
- Cyrułnik, B. (2001): *Los patitos feos. La resiliencia: Una infancia infeliz no determina la vida*. Madrid: Gedisa.
- Chomsky, N. (1968): *El lenguaje y el entendimiento*. Barcelona: Seix-Barral, 1977.
- Darwin, C. (1859): *L'origen de las especies*. Barcelona: Edicions 62, 1982.

- Darwin, C. (1871): *La descendència de l'Home i sobre la selecció en relació al sexe*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, Ed. científiques catalanes, 1985.
- Darwin, C. (1872): *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Madrid: Alianza, 1998.
- Dicks H. (1967): *Tensiones maritales*. Buenos Aires: Hormé, 1973.
- Eiguer, A. (2003): *Le pervers narcissique et son complice*. París: Dunod.
- Eiguer, A. (2006): «Psicoanálisis familiar recreativo». *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, 1.
- Eiguer, A. (2008): *Jamais moi sans toi*. París: Dunod.
- Engels, F. (1884): *El origen de la familia, la propiedad privada y el Estado*. Marxist internet archive, 2000.
- Esteve, J. O. y otros (1984): Inédito. Una metodología d'avaluació de les primeres entrevistes. Trabajo de la PPIP. Barcelona: Sant Pere Clavé.
- Epstein, R. y otros (2005): «Measuring patient-centered communication in patient-physician consultations: theoretical and practical issues». *Social science & medicine* (1982) 2005; 61(7):1516-28.
- Evans, Dylan (2005): «From Lacan to Darwin», en *The Literary Animal; Evolution and the Nature of Narrative*, ed. Gottschall. Northwestern Press, 2005, 38-55.
- Fairbairn, R. (1943): «Phantasy and Inner Reality», en *'From Instinct to Self'. Selected Papers of W.R.D. Fairbairn*. E. Fairbairn Birtles & Scharff (1994).
- Ferenczi, S. (1924): «Perspectivas de Psicoanálisis». *O.C.* III. Madrid: Espasa Calpe.
- Ferenczi, S. (1932): *Sin simpatía no hay curación*. Buenos Aires: Amorrortu, 1997.
- Ferrater Mora, J. (1970): *Diccionario de Filosofía*. Buenos Aires: Sudamericana.
- Folch, P. (1985): «Control del Self i de l'Objecte». *Revista Catalana de Psicoanàlisi*, vol. II, n.º 1, Instituto de Psicoanálisis de Barcelona.
- Fonagy, P.; Gergely, G.; Jurist, E. y Target, M. (2002): *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Nueva York: Other Press.
- Fonagy, P. (2013): «Entrevista a P. Fonagy». *Temas de Psicoanálisis*, 5. Enero 2013.
- Font, J. y Pérez Testor, C. (1994): «Psicopatología de la pareja», en Bobé y Pérez Testor (1994): *Conflictos de pareja: diagnóstico y tratamiento*. Fundación Vidal y Barraquer. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (1975): *Vigilar y castigar*. Madrid: Siglo XXI, 1986.
- Foucault, M. (1976-84): *Historia de la sexualidad*. Madrid: Siglo XXI, 2005.
- Freixas, J. (1985): «La identitat en l'obra de Freud». *Revista Catalana de Psicoanàlisi*, vol. II, n.º 2. Instituto de Psicoanálisis de Barcelona.
- Freud, A. (1965): *Normalidad y patología en la niñez*. Barcelona: Paidós, 1979.
- Freud, S. (1892-99): «Fragmentos de la correspondencia con Fliess». *OC*, vol. I*. Buenos Aires: Amorrortu, 1982.
- Freud, S. (1895): «Proyecto de una Psicología para neurólogos». *OC*, I. [117](#)
- Freud, S. (1896): «La etiología de la histeria». *OC*, I.

- Freud, S. (1900): «La interpretación de los sueños». *OC*, II.
- Freud, S. (1905): «Tres ensayos sobre la teoría sexual». *OC*, IV.
- Freud, S. (1908): «El carácter y el erotismo anal». *OC*, IV.
- Freud, S. (1909) «Análisis de la fobia de un niño de 5 años». *OC*, IV.
- Freud, S. (1910): «Sobre un tipo particular de elección de objeto en el hombre». *OC*, V.
- Freud, S. (1912): «Sobre una degradación general de la vida erótica». *OC*, V.
- Freud, S. (1914a): «Recuerdo, Repetición y Elaboración». *OC*, V.
- Freud, S. (1914b): «Introducción al Narcisismo». *OC*, VI.
- Freud, S. (1914c): «Tótem y Tabú». *OC*, V.
- Freud, S. (1918): «El tabú de la virginidad». *OC*, VII.
- Freud, S. (1920): «Más Allá del Principio del Placer». *OC*, VII.
- Freud, S. (1921): «Psicología de las masas y análisis del Yo». *OC*, VII.
- Freud, S. (1923): «El Yo y el Ello». *OC*, VII.
- Freud, S. (1924): «El problema económico del masoquismo». *OC*, VII.
- Freud, S. (1925): «Síntoma, inhibición y angustia». *OC*, VIII.
- Freud, S. (1930): «El malestar en la cultura». *OC*, VIII.
- Freud, S. (1933): «Nuevas lecciones introductorias». *OC*, VIII.
- Freud, S. (1937): «Construcciones en análisis». *OC*, IX.
- Friedlander, M. L.; Escudero, V.; Heatherington, L. y Diamond, G. M. (2011): «Alliance in couple and family therapy». *Psychotherapy*, 48(1), 25-33.
- Fromm, E. (1941): *La por a la llibertat*. Barcelona: Ed. 62, 1978.
- Gallese, V.; Fadiga, L.; Fogassi, L. y Rizzolatti, G. (1996): «Action recognition in the premotor cortex». *Brain* 119 (2): 593-609.
- Gallese, V. (2001): «The “Shared Manifold” hypothesis: from mirror neurons to empathy». *Journal of Consciousness Studies* 8: 33-50.
- Gallese, V. y Goldman, A. (1998): «Mirror neurons and the simulation theory of mind-reading». *Trends in Cognitive Sciences*.
- Giddens, A. (1992): *La transformación de la intimidad: sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Madrid: Cátedra, 1998.
- Grimalt, A.; Llovet, P.; Oliva, V.; Nogués, M.; Viloca, L. y Vidal, R. (1984): «Notes sobre la inhibició intel·lectual». *Llibre d'Actes del XIIè Congrés de Metges i Biòlegs de Llengua Catalana*. Barcelona: Institut d'Estudis Catalans.
- Gurman, A. S. y Frankel, P. (2002): «The history of couple therapy: a millennial review». *Family Process*, vol. 41, n.º 2, p. 199.
- Harlow, H. F.: «Development of affection in primates», pp. 157-166, a *Roots of Behavior* (E.L. Bliss, ed.). Nueva York: Harper, 1962.
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987): «Romantic Love conceptualized as an attachment process». *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hebb D. (1949): *The Organization of Behavior*. Nueva York: John Wiley & Sons.
- Hegel, G. W. F. (1807): *Fenomenologia de l'Esperit*, Barcelona: Laia, 1985.

- Hernández, V. (2008): «Discusión del trabajo del Dr. Morrison “Fenómenos narcisitas y Vergüenza”». *Clínica e Investigación Relacional*, 2 (1): 26-33.
- Holland, J. (1992): *Adaptation in natural and artificial systems*. Cambridge: MIT.
- Iarpp (2003): «What happens when Love lasts?», *Iarpp Coloquium*, n.º 2, 2003.
- Isaacs, S. (1948): «The Nature and Function of Phantasy», a Joan Riviere (ed.), *Developments in Psycho-Analysis*. Londres: Hogarth Press.
- Itard, J. (1801): *Victor de l'Aveyron*. Barcelona: Alianza, 1970.
- Johnson, S. M. y Whiffen, V. E. (ed.) (2005): *Attachment Processes in Couple and Family Therapy*. Nueva York: Guilford Press.
- Jones, E. (1953): *Vida y obra de S. Freud*, vol. 1. Buenos Aires: Paidós, 1960.
- Jung, C. (1913): *Teoría del Psicoanálisis*. Barcelona: Plaza y Janés, 1970.
- Kaës R. (1993): *El grupo y el sujeto del grupo*. Buenos Aires: Amorrortu, 1995.
- Kaes, R. (1989): «El pacto denegativo en los conjuntos trans-subjetivos», en *Lo negativo*. Buenos Aires: Amorrortu, 1991.
- Kafka, Franz (1916): *La transformació [Die Verwandlung]*. Barcelona: Proa, 1978.
- Kandel, E. (2001): «The molecular biology of memory storage: a dialogue between genes and synapses». *Science*, 294, 2001, 1030-1038.
- Kandel, E. (2007): *En busca de la memoria. Una nueva ciencia de la mente*, Katz Barpal Editores.
- Klein, M. y Riviere, J. (1921-1945): «Amor, culpa y reparación». *OC*, vol. 1. Barcelona: Paidós, 1990.
- Klein, M. (1946). «Notes on some schizoid mechanisms», en *Envidia y gratitud*. (1946-1963): *OC*, vol. 3. Barcelona: Paidós, 1978.
- Klein, M. y Riviere, J. (1940-63): *Psicoanàlisi de l'amor i l'odi*. Barcelona: Ed. 62, 1984.
- Klijn, E. (2007): *Managing Complexity: Critical Policy Analysis*, vol. 1, n.º 3, pp. 252-277.
- Kohut, H. (1971): *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. Nueva York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1979): *Los dos análisis del sr. Z*. Barcelona: Herder, 2002.
- Kohut, H. (1981): «Introspección, empatía y el semicírculo de la salud mental», en *Los dos análisis del sr. Z*. Barcelona: Herder, 2002.
- Kojeve, A. (1933-38): *La dialéctica del amo y el esclavo en Hegel*. Buenos Aires: Pléyade, 1987.
- Kollontai, A. (1918): *El comunismo y la familia*. Marxists Internet Archive, 2002.
- Laín Entralgo, P. (1958): *La curación por la palabra en la Antigüedad clásica*. Madrid: Anthropos, 1958.
- Lacan, J. (1964): «Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse». *Le séminaire*, XI. París: Le Seuil, (p. 46).

- Lacan, J. (1966): «Le stade du miroir». *Ecrits*. París: Le Seuil, (pp. 68-69).
- Lacan, J. (1968): *De un Otro al Otro. Seminario 16*.
- Lachmann, F. (2003): «Supervision: The Devil Is in the Details». *Psychoanalytic Dialogues*, 13: 341-353.
- Lachmann, F. (2007): «El proceso de transformar». *CEiR*, vol. 1(1): 42-52.
- Lanza, G. y Bilbao, I. (2012): «Un método para la evaluación de la mentalización en el contexto interpersonal». *EFPP Review*, 02/2012.
- Lamarck, Jean B. (1815-1822): *L'histoire naturelle des animaux sans vertèbres*.
- Lansky, M. R. (2005). «La vergüenza oculta». *CEiR*, 4 (1): 61-81.
- Laplanche, J. y Pontalis, J. B. (1968): *Diccionario de Psicoanálisis*. Madrid: Labor, 1971.
- Lemaire, J. G. (1998). *Les mots du couple*. París: Payot.
- Lévi-Strauss, C. (1949): *Les Structures élémentaires de la parenté*. París: PUF.
- Levobici, S. (1988): *El lactante, su madre y el psicoanalista: las interacciones precoces*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Lichtenberg, J. D. (2006): «La vergüenza, reguladora social de la iniciativa; la vergüenza, destructora sigilosa de la iniciativa». *Aperturas psicoanalíticas*, 23.
- Lyons-Ruth, K. (2003): *The Interface Between Attachment and Intersubjectivity: Perspective from the Longitudinal Study of Disorganized Attachment*. Dahlem, Germany: Max Planck Institute, Octubre, 2003.
- Lyons-Ruth, K. (2010): «Repercusiones clínicas de los trastornos de las relaciones de apego desde la infancia a la adolescencia». *CEiR*, vol. 4 (2), junio 2010, pp. 340-356.
- Llovet, P. (1976, inédito): *Anàlisi comparatiu de les teories de Jean Piaget i del Psicoanàlisi*. Tesis de Licenciatura. Dirigida por el Dr. Campo. Barcelona: UB.
- Llovet, P. (1978, inédito): *Une expérience de dramatisation de contes d'enfants*. Trabajo de Licenciatura de especialización en Psicología Clínica. Dirigido por B. Reymond Rivière. Suiza: Universidad de Ginebra.
- Llovet, P. (1988): «La reubicació de la demanda en psicologia clínica de l'adolescent». *Revista de Salut Mental*, n.º 2. Diputació de Barcelona.
- Llovet, P.; Sierra, I.; Tomás, N.; Villegas, F. y Gratacós, M. (1992, inédito): «Intervenciones psicoterapéuticas breves padres-hijos». Dossier del grupo de estudio. Presentado en la ACPP, Junio 1992.
- Llovet, P. (1999, inédito): «Sobre el Desenvolupament del Raonament Moral: Anàlisi de la teoria de Kohlberg des de les perspectives epistemològica i psicoanalítica». Trabajo de Doctorado. Barcelona: UPF.
- Llovet, P.; González, P. y Adeguer, J. (2003): *Què senten els pares*. Encuentro de padres. Tordera: Ayuntamiento de Tordera y Diputación de Barcelona.
- Llovet, P. (2005): «Grups preventius amb pares d'adolescents». *Revista de l'Associació Catalana de Psicoteràpia Psicoanalítica*, n.º 8.

- Llovet, P. (2010a): «Un caso de angustia relacional. Una intervención focal en un caso de somatización derivado por la Atención Primaria». *CEiR*, 4 (2) 410-418.
- Llovet, P. (2010b): «La Pareja y la Familia como Sistemas Adaptativos Complejos Relacionales. Propuesta teórica y metodológica». *Revue internationale de psychanalyse du couple et de la famille*, n.º 7, 2010/1. En castellano, francés e inglés.
- Llovet Planas, P. (2012a): «Modelo evolutivo para el análisis de la pareja en la perspectiva relacional». *CEiR*, 6 (1). 64-81.
- Llovet, P. (2012b): «El Dios salvaje». *Temas de psicoanálisis*, n.º 4.
- Main, M. y Salomón, J. (1986): «Discovery of a new, insecure-desorganized attachment pattern». En Brazelton: *Affective Development*. Norwood: Ablex.
- Manoni, Maud (1979): *La Théorie comme fiction*. París: Seuil.
- Marañón, G. (1932): *Amiel. Un estudio sobre la timidez*. Madrid: Espasa, 1932.
- Marrone, M. (2001): *La teoría del apego*. Madrid: Psimática.
- Martorell, J. (1490): *Tirant lo Blanc*. Valencia: Ed. 3i4, 200.
- Meltzer, D. y Harris, M. (1989): *El paper educatiu de la familia*. Barcelona: Espaxs.
- Meltzoff, A. y Moore, M. (1977): «Imitation of facial and manual gestures by human neonates». *Science*, 198: 75-78.
- Milrod, D. (2002): «The concept of the self and the self representation», *Neuro-Psycho.*, 4: 7-67.
- Mitchell, S. (1991): «Contemporary perspectives on self», *P. Dialogues*, 1: 121-141.
- Mitchell, S. (2000): *Relationality. From Attachment to Intersubjectivity*. Relational Perspective Book Series, vol. 20. Hillsdale, Nueva Jersey: The Analytic Press, Inc.
- Mitchell, S. (2002): *Can Love Last?* Nueva York: W. W. Norton.
- Morrison, A. (1987): «The eye turned inward», en *The Many Faces of Shame*, ed. D. Nathanson. Nueva York: Guilford.
- Morrison, A. (2008): *Fenómenos narcisistas y vergüenza*. *CEiR*, 2 (1) 9-25.
- Murakami, Haruki. (2009): *IQ84*. Barcelona: Empúries, 2011.
- Nicoló, A. M. (1999): *Essere in coppia: funzione mentale e costruzione relazionale*. Milán: Franco Angeli.
- Nicoló, A. M. (2010a): *The paradoxical relationship of the two sides of passion: between creativity and destruction (caso Sonia y Enzo)*.
- Nussbaum, M. (2004): *El ocultamiento de lo humano: repugnancia, vergüenza y ley*. B. Aires/Madrid: Katz, 2006.
- Ofer, G. (2013): «On Love, Hate and What's between Them», *EFPP Psychoanalytic Psychotherapy Review*. 03/2013.
- Orange, D.; Atwood, G. y Stolorow, R. (1997): *Trabajando intersubjetivamente. Contextualismo en la práctica psicoanalítica*. Madrid: Ágora Relacional, 6, 2012.
- Orange, D.: «¿Vergüenza de quién? Mundos de humillación y sistemas de restauración». *Aperturas psicoanalíticas*, 20.

- Palacio Espasa, F. (1984): «Indications et contreindications des approches thérapeutiques brèves des enfants d'âge préscolaire et de leur parents». *Neuropsychiatrie de l'Enfance*, 1984, n.º 32 (12) 51-609.
- Palacio Espasa, F. (1988, inédito): Conferencia. ACPP. 8 de abril de 1988, Barcelona.
- Palacio Espasa, F. (1992): «Los Escenarios narcisistas de la parentalidad». *Revista de l'ACAP*, 1992, núm. 30 (2009), pp. 7-17.
- Perez Testor, C. (comp.) (2006): *Parejas en conflicto*. Barcelona: Paidós y Fundación Vidal y Barraquer.
- Piaget, J. (1921): *Introduction à la malacologie valaisanne*. Thèse de doctorat: Université de Neuchâtel, 1921, n.º 61 (Argand, Emile, Dir.).
- Piaget, J. (1929): «L'adaptation de la *Limnaea stagnalis* aux milieux lacustres de la Suisse romande». *Revue suisse de zoologie*, 36, fasc. 17, pp. 263-531.
- Piaget, J. (1932): *Le raisonnement moral chez l'enfant*. París: P.U.F.
- Piaget, J. (1936): *La naissance de l'intelligence chez l'Enfant*, París: Delachaux et Niestlé.
- Piaget, J. (1937): *La construction du réel chez l'enfant*, París: Delachaux et Niestlé.
- Piaget, J. (1967): *Biología y Conocimiento*. México: Siglo XXI, 1973.
- Piaget, J. (1970): «Inconscient affectif et inconscient cognitif». *Raison présente*, 19 (11-20). París. *Revista Catalana de Psicoanàlisi*, vol. 1/1, primavera 1984.
- Piaget, J. (1974): *La prise de conscience*. París: P.U.F., 1974.
- Ramachandran, V. S. (2000): *Mirror neurons and imitation learning as the driving force behind «the great leap forward» in human evolution*. Edge Foundation web. Octubre 19, 2011.
- Reich, W. (1927): *La función del orgasmo*. Paidós.
- Reich, W. (1933a): *El análisis del carácter*. Paidós.
- Reich, W. (1933b): *Psicología de masas del fascismo*. Paidós.
- Reich, W. (1936): *La revolución sexual*. París: Ruedo Ibérico.
- Reich Rubin, L. (1997): «Anna Freud et l'expulsion de Wilhelm Reich de l'Internationale psychanalytique». *Conferència a l'Institut Goethe de Boston*.
- Riera, R. (2010): *La connexió emocional*. Barcelona: Octaedro.
- Rizzolatti, G. y Craighero, L. (2004). «The mirror-neuron system». *Annual Review of Neuroscience* 27: 169-192.
- Rodríguez, C. (2007): «Epistemología del Psicoanálisis relacional». *CEiR*, 1 (1): 9-41.
- Rodríguez, C. (2010): *Introducción a la obra de Ronald Fairbairn. Los orígenes del Psicoanálisis relacional*. Madrid: Ágora Relacional.
- Rusczyński, S. y Fisher, J. (1995): *Intrusiveness and Intimacy in the Couple*. Londres: Tavistock Institute of Marital Studies, Karnac Books.
- Sainz, F. (2008): «Winnicott, un buen compañero de viaje», en Liberman: *Winnicott hoy, su presencia en la clínica actual*. Madrid: Psimática: 345-360.
- Saussure, F. (1913): *Cours de linguistique générale*. París: Payot.

- Sennett, R. (1989): *La corrosión del carácter: las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*. Barcelona: Anagrama, 2000.
- Sinclair, H. (1969): *Linguistique evolutive*.
- Skinner, A. C. R. (1976): *One flesh, separate persons: Principles of Family and Marital Psychotherapy*. Londres: Constable & Robinson.
- Slavin, M. y Kriegman, D. (1992): *The adaptive design of the Human Psyche*. Nueva York: Guilford.
- Slavin, M. O. (2006): «Tanya and the Adaptive Dialectic of Romantic Passion and Secure Attachment». *Psychoanalytic Dialogues*, 16 (6): 793-824, 2006.
- Spielrein, S. (1912): «Destruction as the Cause of Coming Into Being». *Journal of Analytical Psychology* 39 (2): 155-186. (1944).
- Stolorow, R. y Atwood, G. (1992): *Los contextos del ser*. Barcelona: Herder, 2004.
- Stern, D. (1985/1998): *The Interpersonal World of the Infant*. Nueva York: Basic Books.
- Taylor, C. (1989): *Las fuentes del Yo*. Barcelona: Paidós, Surcos, 1996.
- Taylor, C. (1992): *El multiculturalismo y «la política del reconocimiento»*. México: Fondo de Cultura Económica, 1993.
- Therborn, G. (2004): *Between sex and power. Family in the world, 1900-2000*. Nueva York: Routledge.
- Tisseron, S. (1992): *La honte, psychanalyse d'un lien social*. París: Dunod.
- Tronik E. y otros: «Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change.» *Infant Mental Health Journal* (19): 290-299.
- Utrilla, M. (1998): *¿Son posibles las terapias en las instituciones? Estudio situacional*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Velasco, R. (2008): «La vergüenza en la de-construcción/construcción del sentimiento de sí». *CEiR*, vol. 2 (1): 58-67.
- Velasco, R. (2010a): «Dismorfofobia o vergüenza del cuerpo». *CEiR*, vol. 4 (1): 208-220.
- Velasco, R. (2011). «Un proceso analítico en clave relacional». *Clínica e Investigación Relacional*, 5 (2). 317-329.
- Willi, J. (1975): *La pareja humana: relación y conflicto*. Madrid: Morata, 1978.
- Winnicott, D. (1945): «Desarrollo emocional primitivo», en *Escritos de pediatría y psicoanálisis*. Barcelona: Laia, 1981.
- Winnicott, D. (1958): «La capacidad para estar a solas», en *Los procesos de maduración en el niño*. Barcelona: Paidós, 1993.
- Winnicott, D. (1967): «Papel de espejo de la madre y la familia en el desarrollo del niño», en *Realidad y juego*. Barcelona: Gedisa, 1972.
- Wynne, L. (1956): «Pseudo-mutualidad en las relaciones familiares de los esquizofrénicos», en Bateson y otros (1971), *Interacción familiar*.
- Zavattini, G. C.: *Psychothérapie psychanalytique de couple et attachement*.

Zweig, S. (1936): *Castalión contra Calvino (en torno a la hoguera de Servet)*. México: La Guillotina, 2009.

[117](#). Todas las citas de Freud son de las Obras Completas de Biblioteca Nueva excepto las que tienen *.

> ÍNDICE DE AUTORES

A

Aberastury y Knobel [37](#), [276](#)
Adroer, S. [71](#)-72
Aguilar, J. [270](#)
Ainsworth, M. [60](#), [94](#)-95, [127](#), [205](#), [302](#), [313](#)-314
Ajuriaguerra, J. [274](#)
Allen, W. [196](#), [199](#)
Ansermet, F. [222](#)
Aristóteles [62](#), [74](#), [100](#), [123](#), [291](#)-292
Aron, L. [105](#), [133](#)
Aulagnier, P. [83](#), [119](#)

B

Balint, M. [113](#), [144](#), [145](#), [146](#), [199](#), [248](#), [253](#)-254, [310](#)
Bartholomew y Horowitz [60](#), [95](#), [98](#), [315](#)
Bateson, G. [25](#), [104](#)
Bauman, Z. [204](#)
Beethoven, L. [189](#)
Benjamin, J. [131](#)
Berenstein, I. [10](#), [120](#)-121, [167](#)
Bergson, H. [133](#)
Berrios, G. E. [78](#)
Bettelheim, B. [34](#), [161](#)-162
Bion, W. [159](#)
Bleichmar, H. [220](#)
Bleuler, E. [308](#)
Bobé, A. [13](#)
Boston, Grupo (BCPSG) [50](#), [87](#)-88, [91](#), [106](#)-108, [112](#)-113, [220](#), [221](#), [222](#)
Bowlby, J. [24](#), [35](#), [45](#)-46, [57](#)-60, [92](#)-93, [97](#), [100](#)-102, [106](#), [127](#), [149](#), [151](#)-152, [160](#), [215](#),
[221](#), [245](#), [247](#), [248](#), [271](#), [313](#)-314, [319](#)
Breuer, J. [31](#), [32](#), [298](#)

C

Campo, A. [35](#), [72](#), [270](#)
Castells, M. [202](#), [206](#)
Cervantes, M. [184](#)
Chodorow, N. [131](#)
Chomsky, N. [218](#)
Coderch, J. [222](#), [249](#), [270](#), [274](#)
Confucio [177](#)
Corominas, J. [56](#), [72](#)
Cramer, B. [104](#), [106](#)
Cyrulnik, B. [94](#), [316](#)

D

Damasio, A. [77](#)
Darwin, C. [101](#)-102, [106](#), [149](#), [192](#), [209](#), [242](#)-244, [249](#)-250, [323](#)
Deleuze, G. [133](#)
Demóstenes [180](#)
Descartes, R. [76](#), [77](#), [132](#), [186](#)
Diatkine, R. y Lebovici [136](#), [274](#)
Dicks, H. V. [11](#), [49](#), [65](#), [86](#), [91](#), [115](#), [144](#), [276](#)-278, [290](#), [313](#), [317](#)-318

E

Eiguer, A. [10](#), [36](#), [139](#), [300](#), [304](#), [307](#), [310](#)
Ellis, H. [50](#)
Engels, F. y Marx, C. [191](#)-192, [194](#)
Esteve, J. O. [292](#)

F

Fairbairn, R. [144](#), [248](#)
Ferenczi, S. [24](#), [32](#), [146](#), [271](#)-272, [288](#), [297](#), [301](#)
Ferrater Mora, J. [132](#)
Feyerabend, P. [146](#)
Flaubert, G. (Madame Bovary) [191](#)
Fliess, W. [48](#), [309](#)
Folch, P. [71](#)
Fonagy, P. [94](#), [101](#), [228](#), [276](#), [316](#)
Font, J. [151](#), [281](#), [283](#), [286](#), [315](#)
Foucault, M. [180](#)-182, [196](#), [323](#)
Frankfurt, Escuela (diversos autores) [194](#)-196
Freixas, J. [71](#)
Freud, S. *Passim* en toda la obra
Fromm, E. [195](#), [202](#)-204

G

Gallese, Fadiga, Fogassi, Rizzolatti [67](#)-68, [102](#), [224](#)-228

Giddens, A. [191](#), [195](#), [201](#), [203](#), [206](#)
Goethe, J. [190](#)
Goldner, V. [154](#)-156
Gurman y Frankel [22](#), [26](#)

H

Harlow, H. [59](#), [152](#), [248](#)
Hebb, D. [69](#), [100](#), [113](#), [214](#)-215, [297](#)
Hegel, W. [78](#)-80, [133](#), [146](#), [147](#), [191](#)
Heráclito [62](#), [72](#), [73](#), [77](#)
Hernandez, V. [323](#)
Herrero, P. [116](#)
Himmler, H. [197](#)
Holland, J. [249](#), [255](#)-259
Homero [74](#), [178](#)
Hume, D. [77](#)
Husserl, E. [132](#)-133

I

Isaacs, S. [34](#), [42](#)
Itard, J. [59](#)

J

Jackson, D. [120](#)
Jaspers, K. [70](#), [132](#)
Johnson, S. [96](#), [99](#), [108](#), [306](#), [315](#)
Jones, E. [270](#), [309](#)
Jung, C. [112](#), [217](#), [221](#)

K

Käes, R. [119](#), [122](#)
Kafka, F. [39](#), [146](#)
Kandel, E. [46](#), [69](#)-70, [112](#)-114, [211](#)-216, [222](#), [235](#)-239, [252](#), [255](#), [297](#), [301](#)
Kant, E. [132](#), [186](#)-187, [218](#), [221](#)
Kavafis, K. [207](#)
Kernberg, O. [273](#)
Kierkegaard, S. [145](#)-148
Klein, M. [33](#), [35](#), [49](#), [53](#), [55](#), [57](#), [64](#), [76](#), [78](#), [81](#), [127](#), [217](#), [247](#), [248](#)-249, [271](#), [302](#)
Klijn, E. [249](#), [257](#)
Kohut, H. [24](#), [49](#), [56](#), [62](#), [72](#), [84](#)-85, [111](#), [138](#), [160](#), [161](#), [248](#), [271](#)
Kojève [133](#)
Kollontai, A. [194](#)
Kraepelin, E. [70](#), [132](#)

L

Lacan, J. [133](#), [217-218](#), [221](#), [223](#), [235](#)
Lachmann, F. [88](#), [317](#)
Laín Entralgo, P. [211](#)
Lamarck, J. B. [250-254](#)
Lansky, M. [324](#)
Lanza, G. y Bilbao, I. [60](#)
Lemaire, G. [10](#), [305](#), [318](#)
Lennon, J. [143](#), [201](#), [207](#)
Lévi Strauss, C. [176](#)
Lichtenberg, J. [84](#), [324](#)
Llovet Planas, P. [26](#), [34-35](#), [84](#), [95](#), [105](#), [121](#), [156](#), [186](#), [205](#), [219](#), [234](#), [249](#), [254](#), [267](#),
[271](#), [275](#), [302](#), [314](#), [326](#)
Llovet Pomar, J. [39](#)
Locke, J. [77](#), [132](#)
Lorenz, K. [46](#), [58](#), [213](#), [248](#)
Luria, A. [194](#)
Lutero, M. [77](#), [186](#)
Lyons-Ruth, K. [88](#), [95](#), [99-101](#), [108](#), [134](#), [205](#), [222](#), [293](#), [314](#)

M

Main y Salomon [60](#), [97](#), [316](#)
Mannoni, M. [264](#), [269](#), [284](#), [303](#)
Marañón, G. (Amiel) [52-54](#), [279](#)
Marrone, M. [95](#), [152](#), [248](#), [253](#), [315](#)
Martin, P. [11](#)
Martorell, J. [183-185](#)
Meltzer y Harris [162](#)
Meltzoff, A. [68](#), [102](#), [225](#)
Mitchell, S. [24](#), [130-139](#), [153](#), [154](#), [263](#), [295](#), [319-321](#)
Mittelman, B. [10-11](#)
Molière [14](#)
Morrison, A. [38](#), [84](#), [323-325](#)
Mozart, W. [189](#)
Murakami, H. [80](#), [85-86](#), [106](#)

N

Nicoló, A. M. [12](#), [81-83](#), [116](#), [120](#), [142](#), [153](#), [166](#), [201](#), [304](#), [313](#), [317](#)
Nussbaum, M. [323](#)

O

Oberndorf, C.P. [10-11](#)
Oliva, V. [93](#), [219](#), [270](#)

Orange, D. [133](#), [325](#)

Ovidio [180](#)

P

Palacio Espada, F. [34](#), [71](#), [104](#), [164](#), [310](#)

Paz, O. [89](#), [120](#)

Pérez Simó, R. [274](#)

Perez Testor, C. [86](#), [116](#), [119-120](#), [140](#), [143](#), [151](#), [157-159](#), [163](#), [281](#), [283](#), [286](#), [290](#), [303](#), [315](#), [317-318](#)

Piaget, J. [24](#), [30](#), [35](#), [68](#), [114](#), [133](#), [186-187](#), [218-220](#), [225](#), [242](#), [248-249](#), [252-254](#), [271](#), [326](#)

Pichon Riviere [10](#)

Platón [75](#), [180](#)

Poe, E. A. [223](#)

Polanski, R. (*Un dios salvaje*) [121](#), [139](#), [234](#), [267](#), [279](#), [281](#), [290](#), [302](#), [306](#), [317](#)

Popper, K. [274](#)

Proust, M. [133](#)

Puget, J. [10](#), [120-121](#), [167](#)

R

Ramachandran, V. [224](#), [227-228](#), [239](#)

Ramón y Cajal, S. [212](#), [295](#)

Rank, O. [145-146](#)

Reich, W. [195-196](#), [245-247](#)

Riera, R. [68](#), [135](#), [229](#), [237-238](#), [238](#)

Rivière, J. [65](#), [76](#), [81](#)

Rodríguez Sotil, C. [323](#)

Rohmer, E. [54](#)

Rousseau, J. [59](#), [76](#), [187-192](#), [198](#)

S

Sainz, F. [127](#)

San Agustín [75-77](#)

Saussure, F. de [217](#)

Schmidt, V. [194](#)

Schopenhauer, A. [148](#)

Sennett, R. [198](#), [203-204](#)

Shakespeare, W. [48](#), [185](#)

Sharff, D. [12](#)

Sinclair, H. [219-220](#)

Skinner, A. C. R. [99](#)

Skinner, F. [210](#), [213](#)

Slavin, M. [154-156](#), [165](#), [323](#), [326](#)

Sócrates [74](#)

Spielrein, S. [194](#)

Stern, D. [101](#), [108](#), [154-156](#), [220](#), [222](#), [291](#)

Stolorow, R. y Atwood [24](#), [110-111](#), [133](#), [138](#), [140](#), [277](#)

T

Taylor, C. [74](#), [77](#), [109](#), [132-133](#), [180](#), [187](#), [190](#), [206](#), [269](#)

Teruel, G. [9](#), [11-12](#)

Therborn, G. [173](#), [177](#), [181](#), [186](#), [206](#)

Tirso de Molina [185](#)

Tisseron, S. [324](#)

Tizón, J. [14](#)

Tolstoi, L. [191](#)

Tomkins [323](#)

Truffaut, F. [59](#)

U

Utrilla, M. [274](#), [276-277](#), [303](#)

V

Velasco, R. [38](#), [84](#), [88](#), [109](#), [325-326](#)

von Bertalanffy, L. [252](#)

W

Waddington, C. [253-254](#)

Westermarck [174-175](#)

Willi, J. [120](#), [151](#), [279](#), [281](#), [284](#)

Winnicott, R. [71](#), [81](#), [118](#), [126](#), [126-129](#), [140](#), [248](#)

Wynne, L. [104](#), [128](#)

Z

Zavattini [99](#)

SOBRE EL AUTOR

Pere Llovet i Planas es especialista en Psicología Clínica, psicoterapeuta psicoanalista y DEA en Ciencias Políticas. Ha trabajado en Barcelona y Ginebra, mayormente en servicios asistenciales de Salud Mental y en servicios de materias relacionadas, incluyendo políticas públicas. Ha realizado supervisiones y docencia en varias instituciones universitarias y profesionales. Ha sido miembro fundador de la ACPP y es delegado de la sección española de Pareja y Familia (AEPP) de la Federación Europea de Psicoterapia Psicoanalítica (EFPP).

con vivencias

Fragilidades

Una
aproximación a
la inconsistencia
de lo humano

José M. Asensio Agullera

Octaedro 



Fragilidades

Asensio Aguilera, Jose M^a

9788499218083

196 Páginas

Por lo común no solemos tomar en consideración las potenciales fragilidades del ser humano a la hora de pretender traducir en acciones los proyectos de orden social, político o personal que concebimos. Se tiende a pensar que todos ellos vienen avalados por una plena racionalidad, una no menor autonomía de las personas y el convencimiento de que está al alcance de nuestras posibilidades su exitosa realización. Una y otra vez, sin embargo, la experiencia del vivir y los acontecimientos recogidos en la Historia vienen a confirmar lo contrario.

Especialmente en un mundo tan complejo y propenso a los desequilibrios (sociales, económicos, medioambientales, etc.) como el actual, urge conocer cómo se generan las fragilidades que pueden explicar los recurrentes conflictos que generamos y que muchas veces inciden de manera trágica en la vida de las personas y los pueblos.

Las reflexiones del autor de este libro pretenden contribuir a la comprensión de esta problemática y a proporcionar elementos de juicio a quienes, desde el ámbito de la política, las instituciones sociales, la educación, la jurisprudencia o la psicología, inciden en los comportamientos y las valoraciones de las personas, sobre las cuales ejercen unas u otras influencias.

Índice

Portadilla	2
Portada	3
Créditos	4
Dedicatoria	5
Prólogo	6
Referencias bibliográficas	9
Agradecimientos	11
Introducción	12
La conexión emocional	12
La pareja	13
La perspectiva psicoanalítica relacional	15
La concepción del psiquismo y de la pareja	16
Primera parte. Las etapas de la pareja	18
1. Las fantasías de pareja	19
1.1. Las fantasías inconscientes: la teoría traumática y la teoría instintiva	20
1.2. Las fantasías de la díada primaria y la disociación	21
1.3. Las fantasías en la adolescencia y los estados de necesidad e incertidumbre	25
1.4. Las fantasías de pareja	29
2. La elección de pareja	33
2.1. Los motivos inconscientes y los modelos de Freud	34
2.1.1. El modelo edípico de Freud: la identidad	34
2.1.2. El modelo narcisista de Freud y la relación de objeto Amiel	38 39
2.1.3. Narcisismo, identidad y self	41
2.2. El imprinting y el apego (attachment)	42
3. El enamoramiento	46
3.1. La locura del enamoramiento: la disociación del amor y el odio	48
3.2. Las neuronas espejo, la plasticidad neuronal y otras reacciones biológicas	49
3.2.1. Las neuronas espejo, la teoría de la mente y las reacciones circulares	50

3.2.2. La plasticidad neuronal	51
3.3. El enamoramiento, la identidad y los sentimientos de sí mismo (self)	52
3.3.1. El self en la Filosofía	54
3.4. Los sentimientos del enamoramiento y la complicidad	58
3.4.1. Amor y pasión: el amor despiadado	58
3.4.2. Intimidad y regresión: la vergüenza	59
3.4.3. La complicidad	61
4. La formación de la pareja	65
4.1. El apego y los patrones relacionales	67
4.1.1. Repetición y cambio de los patrones relacionales	70
4.2. Apego e intersubjetividad	72
4.2.1. La necesidad de sentido	73
4.2.2. Mutualidad	74
4.3. Conocimiento relacional implícito y los conceptos asociados	75
4.3.1. Reconocimiento, validación y autenticidad	77
4.3.2. Los conceptos de inconsciente	79
4.4. Las membranas	81
4.4.1. La pareja como self object	82
4.5. El pacto narcisista	84
5. Los desarrollos de la pareja	88
5.1. Emancipación y convivencia	88
5.1.1. La capacidad para la soledad	89
5.1.2. Las segundas parejas: la repetición y las reacciones circulares	91
5.2. La intersubjetividad: los modos relacionales de Mitchell	92
5.3. Los mitos del amor	97
5.3.1. El amor romántico	98
5.3.2. El ajuste perfecto: Balint y la falta básica	100
5.3.3. La angustia existencial (Kierkegaard)	101
5.4. La sexualidad y el amor maduro	103
5.4.1. La teoría psicosexual de Freud	105
5.4.2. La concepción relacional de la sexualidad	106
5.5. La natalidad y la parentalidad	109
5.5.1. De las díadas a la triangulación	110
5.5.2. Del grupo primario al grupo operativo: la labor educativa y socializadora	112
5.5.3. Los escenarios narcisistas de la parentalidad	113

5.5.4. La construcción intersubjetiva de la parentalidad	114
5.6. El efecto terapéutico de la relación de pareja	116
Segunda parte. Los condicionantes de la pareja y el psiquismo	118
6. La pareja en la cultura	119
6.1. El apareamiento y su regulación: amor, sexualidad, procreación y poder	121
6.2. Breve visión histórica de la pareja	123
6.3. El siglo de la sexualidad	137
6.4. La modernidad y el fin del patriarcado	144
6.5. Algunas conclusiones sobre la influencia de la cultura en la pareja	146
7. La biología y la pareja	149
Mente y cerebro	150
7.1. Los descubrimientos de la neurobiología y el psicoanálisis	151
7.1.1. La plasticidad neuronal y la memoria	151
7.1.2. La nueva concepción de la memoria y el inconsciente implícito	154
El inconsciente implícito	157
7.1.3. Las neuronas espejo y la pareja; la empatía y el reconocimiento	159
La empatía	160
7.2. Fisiología del amor: estructuras y sustancias	162
7.2.1. El hipotálamo	163
7.2.2. La hipófisis	165
La adenohipófisis: las hormonas sexuales	165
Las feromonas	165
La neurohipófisis: la oxitocina y la vasopresina	166
7.2.3. El hipocampo	168
7.2.4. La amígdala	168
7.2.5. Los neurotransmisores	169
Serotonina	169
Dopamina	170
7.3. La función biológica del psiquismo, las emociones y la pareja	170
La evolución cultural de la sexualidad	170
7.3.1. Darwin: la función de las emociones y la selección sexual	171
7.3.2. La biología en Freud y el psicoanálisis posterior	172
Wilhelm Reich	172
John Bowlby	173

7.4. Conclusiones y perspectivas	174
7.4.1. La relación entre los individuos y sus entornos	175
7.4.2. Los sistemas adaptativos complejos: los modelos de causalidad	178
Tercera parte. La clínica psicoanalítica de la pareja	184
8. Psicopatología de la pareja en la perspectiva relacional	185
8.1. Principios diagnósticos	185
8.1.1. El uso y la función del diagnóstico	185
8.1.2. Las nociones de diagnóstico: el diagnóstico evolutivo y dinámico	186
8.1.3. El diagnóstico de la pareja	187
Normalidad, patología y conflicto	187
Los diagnósticos implícitos	188
8.1.4. El diagnóstico intrapsíquico y el relacional	189
Objetividad y subjetividad	190
8.1.5. Los indicadores diagnósticos de tratamiento individual o de pareja	191
La colusión	194
8.2. Sistemas diagnósticos de la pareja	194
8.2.1. El sistema de Willi	195
8.2.2. El sistema de Font y Perez Testor	196
9. La psicoterapia de la pareja	201
9.1. Principios de la psicoterapia psicoanalítica	201
9.1.1. El sufrimiento psíquico	202
9.1.2. La asociación libre	206
9.1.3. La mentalización	210
9.1.4. Alianza terapéutica y colusión	212
9.1.5. Transferencia y contratransferencia	214
9.1.6. Los aspectos formales y el setting o encuadre	216
9.2. Focos psicoterapéuticos	217
9.2.1. Los patrones relacionales	218
9.2.2. Las membranas diádicas	220
9.2.3. Los modos del self de Mitchell y la intersubjetividad	222
9.2.4. La vergüenza y otros sentimientos	223
9.3. La función psicoterapéutica natural de la pareja	226
Bibliografía	228
Índice de autores	238
Sobre el autor	244