

CONCEPTOS FUNDAMENTALES DE LA PERSPECTIVA RELACIONAL APLICADOS A LA PAREJA

Pere Llovet

*A quien mire el mundo de modo racional,
el mundo le mirará de modo racional.*

F. Hegel,
Lecciones sobre la filosofía de la historia universal

Introducción

Desarrollando algunos de los aspectos que tratamos en una obra anterior (Llovet, 2014), quisiera, en primer lugar, explicar la reflexión epistemológica por la que he escogido el término *perspectiva*, por sus connotaciones topológicas y cognitivas. Otros términos como *teoría*, *escuela* o incluso *enfoque*, me sugieren connotaciones de carácter más absoluto o excluyente ya que, normalmente, una *teoría* o una *escuela* establece un marco de referencia que se quiere suficiente para explicar un determinado fenómeno. Si no es así, la teoría es incompleta y nuevas explicaciones pueden alterar substancialmente aspectos fundamentales de esta teoría, obligando a replantear postulados anteriores. Este es el proceso que apreciamos en los sucesivos trabajos a través de los cuales Freud, después de haber establecido unas premisas básicas, fue modificando su concepción de algunos aspectos fundamentales (como la teoría del trauma o la de los instintos). Por su parte, *enfoque*, con sus connotaciones ópticas, sugiere que centramos la atención en un determinado

objeto mientras el resto queda desenfocado, fuera del centro de atención aunque continúe allí como fondo o contexto general.

En cambio *perspectiva*, en este sentido topológico o cognitivo, nos sugiere que observamos una realidad más o menos amplia desde un lugar o posicionamiento determinado. Desde este lugar vemos en principio todo, pero el efecto de perspectiva produce cierta ordenación y deformaciones de los objetos según su cercanía. Aunque lo más importante es que nos hace tener presente justamente esto: que observamos desde un cierto punto de vista y sabemos que las deformaciones que vemos no corresponden a la realidad misma (o digamos que no son “objetivas”) sino que son efecto de nuestra propia posición.

Este posicionamiento me pareció el más adecuado cuando comencé a conocer el psicoanálisis relacional y vi que era un amplio conglomerado de distintas teorías o escuelas, unas relativamente nuevas, otras sucesoras de escuelas psicoanalíticas coetáneas de Freud o Klein, pero no se impusieron como corriente principal. Este posicionamiento en una *perspectiva* relacional también era el más adecuado para hacerlo coexistir con mi formación previa, fuertemente influida por Freud, Klein y los autores postkleinianos que, a pesar de las críticas que afortunadamente se les pueden hacer, no estaba dispuesto a “substituir” por otra ni tampoco realizar la ardua tarea de “conciliación teórica”. Así pues, *perspectiva* me sugiere un cambio de lugar en un espacio desde el cual se ven las mismas cosas y otras nuevas, pero de forma distinta, redimensionada.

La piedra de toque es el concepto de *modelo intrapsíquico* (Coderch, 2012), que abarca todo el conjunto teórico derivado de Freud y Klein, y lo sitúa en un determinado sitio dejando espacio para otras escuelas psicoanalíticas que, a pesar de su heterogeneidad, pueden ser también englobadas bajo el concepto de *modelos relacionales*. Mientras lo característico de los modelos intrapsíquicos es concebir la constitución y el funcionamiento psíquico como lo resultante de fuerzas internas, los modelos relacionales —sin negar estas fuerzas internas— enfatizan el papel fundamental del *otro* (de las relaciones privilegiadas o predominantes que mantiene el sujeto) en esta constitución y funcionamiento. No lo consideran fundamental tan solo en abstracto (en la medida en que la relación es una condición *sine qua non*, ya estaba en Freud y

Klein), sino jugando un papel substantivo, es decir, determinando contenidos (las representaciones y los afectos), el concepto de sí mismo que se formará y cómo se sentirá el sujeto, lo que podemos llamar su “subjetivación”.

Hemos escogido la cita de Hegel que encabeza este artículo porque sintetiza la profundidad de la influencia que ejerce el *otro* en la subjetivación. Aunque donde desarrolló con mayor profundidad esta idea fue en la célebre *Dialéctica del amo y el esclavo* (trasladada al psicoanálisis por Lacan), donde explicó que tanto el *amo* como el *esclavo* deben su condición a la relación que mantienen con el otro, puesto que el esclavo no lo es si no tiene amo y, a su vez, el amo tampoco no lo es sino en la medida en que tiene un esclavo (Kojève, 1933). Así pues, el *otro* resulta definitorio en la constitución del ser.

De este modo, después de la filosofía racionalista de Descartes y Kant, que sentaría las bases del importante desarrollo científico del siglo XVIII sobre la objetividad o conocimiento de la realidad *per se*, Hegel, huyendo de la subjetividad, en su *Fenomenología del espíritu* (1807) llamó la atención sobre la irreductibilidad de la subjetividad como un componente substancial del ser y, por tanto, del conocimiento, incluyendo el conocimiento que tenemos de nosotros mismos.

En cierto modo, la perspectiva relacional da un paso similar con respecto a Freud en su interés por la objetividad. Si bien éste reconocía el valor de la subjetividad y el conocimiento de sí mismo, en última instancia lo concibió como algo a neutralizar a fin que no deformara el conocimiento de la realidad. No puede decirse, pues, que en este esfuerzo por conocer y explicar el funcionamiento psíquico, negligiera la profunda influencia de la subjetividad y la relación. El reconocimiento de los mecanismos de introyección y proyección y sus derivados, la transferencia y, más aún, la contratransferencia, son todos ellos fenómenos que apuntan en este sentido que Freud reconoció y estudió. Sin embargo, no dejó de concebir y enfatizar el origen interno de las fuerzas psíquicas. Tanto es así que este modelo nos lleva a explicar la influencia de sucesos actuales o recientes con la hipótesis de la activación de objetos primitivos, obviamente internos.

El psicoanálisis relacional

En un resumen muy somero podemos considerar tres grandes corrientes dentro del psicoanálisis relacional. La primera de ellas proviene del grupo psicoanalítico húngaro al que pertenecían Sandor Ferenczi, Otto Rank y Michel Balint. Me referiré especialmente al primero, que emigró a los Estados Unidos donde encontramos la continuidad de su orientación en los llamados *intersubjetivistas* o también *contextualistas* como Stolorow y Atwood, y también en el *psicoanálisis del self* iniciado por Kohut.

La formulación inicial —podemos decir “inaugural”— de Ferenczi se produjo al modificar Freud su primera teoría del trauma, atribuyéndolo ya no a sucesos reales, sino a fuerzas internas. Por el contrario, Ferenczi no solo mantuvo que el trauma era un suceso real sino que puso el énfasis en la influencia que ejercía la actitud del entorno del paciente en el modo en que éste elaboraría el suceso (o trauma). Sin extendernos en ello, esta idea dio lugar al conocido concepto de *experiencia emocional correctiva*, base misma de la acción psicoterapéutica, ya que en ella, acompañado por el terapeuta, el paciente puede elaborar de forma más avanzada las emociones provocadas por el suceso traumático.

La intersubjetividad y el contextualismo

Desarrollando este postulado, Stolorow y Atwood (1992), aportan tres conceptos fundamentales en la escuela intersubjetivista o contextualista: reconocimiento, validación y autenticidad. Estos conceptos están íntimamente relacionados entre sí, razón por la que podemos considerarlos una tríada. Como veremos, estos conceptos inicialmente referidos a la díada formada por paciente y terapeuta, son muy relevantes para esta otra díada que es la pareja.

El *reconocimiento* se produce cuando un miembro de una díada —madre-bebé, paciente-terapeuta, 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 sus hijos adolescentes, lo que impulsa a éstos a la búsqueda de pareja. Así, el reconocimiento se convierte en uno de los mecanismos básicos del enamoramiento, ya que restituye el sentimiento de unidad interna lesionado en la relación familiar. Sin embargo, en el enamoramiento el reconocimiento se limita a aspectos muy parciales de la personalidad, aquellos que se han activado en los primeros encuentros. Más adelante, en la fase de formación de pareja, el reconocimiento debe reintegrar aspectos de la personalidad que se habían mantenido disociados, pero que son esenciales para que los individuos sientan plenitud en la relación. 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 o reconoce 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 a la expansión de sí mismo.

La validación complementa, pues, el reconocimiento, e incrementa sus efectos integrativos personales (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, aun no realizada, de un mayor conocimiento y enriquecimiento mutuo. Lo veremos con mayor detalle con el tercer elemento de la tríada.

El 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 explican varias viñetas clínicas en las que el terapeuta reconoce y valida el discurso del paciente pero lo hace enraizándose en su propio mundo interno, es decir, con autenticidad, cuya clave radica en la conciencia de sí mismo y la conexión interna individual.

En el campo de la pareja, 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 más profunda y sostenible. La seducción, el deseo de agradar al otro, el deseo de que el otro se sienta bien, hacen que los reconocimientos y 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. Así, el proceso de formación de la pareja debe ser, al mismo tiempo, el de la recuperación de partes disociadas o excluidas y de desarrollos ulteriores de los individuos, tanto en el seno de la propia relación como en la interacción con el entorno. No obstante, esta conexión será siempre limitada ya que, parafraseando a Freud, el “sentimiento oceánico” o de fusión, no puede ni debe ser sino pasajero. Pretender que sea permanente o total implica crear una relación inauténtica o de fusión continuada, sin diferenciación ni enriquecimiento mutuo entre sus miembros.

La identidad y el self

Otro de los desarrollos que podemos enraizar en Ferenczi es el de Kohut. Antes de referir sus aportaciones fundamentales, es interesante recordar que su punto de partida fue lo que sin duda podemos considerar una inautenticidad. Así, en *Los dos análisis del Sr. Z* (Kohut, 1979) explica un tratamiento en el que el paciente se acomodó a lo que creía que complacería al terapeuta, sufriendo un paulatino proceso de desvitalización y desconexión interna, lo que es, evidentemente, antiterapéutico. El fenómeno debe inscribirse en cuestiones muy complejas como son los procesos internos de las sociedades psicoanalíticas, pero llevó a Kohut a fundar la corriente del *psicoanálisis del self* y a emprender una profunda revisión de algunos conceptos centrales del psicoanálisis, entre otros, el de identidad.

Su idea esencial es que la identidad es una ilusión de la conciencia y la percepción, del mismo modo que vemos una película como si fuera una unidad en sucesión continua, cuando en realidad es una sucesión discontinua de fotogramas. Igualmente, argumenta Kohut, nuestra noción de sí mismo surge de una sucesión de sensaciones puntuales que unimos mediante un proceso reflexivo. De hecho se trata del clásico *principio de clausura* formulado por la *Gestalt*, que explica la tendencia a ver la “buena forma”, la forma cerrada, y dotar de cierto sentido comprensible para nosotros al mundo que nos rodea. A este principio podemos añadir el *horror al vacío*, las angustias de fragmentación y otros similares, que apuntan todos en la misma dirección de concebir como unificado aquello que en realidad está fragmentado. Abundando en lo mismo, los conocimientos de desarrollo neurológico y de la epistemología genética de Piaget indican también que el sentimiento de sí mismo se forma a partir de núcleos sensoriales (Júlia Coromines, 2000). Las recientes evidencias aportadas mediante técnicas de neuroimagen sostienen también esta visión de nuestro sentido de identidad como una construcción a partir de sensaciones locales inicialmente aisladas, podemos decir de un conjunto de *selves*, que son enlazadas en red (neuronal) y procesadas a posteriori.

Esto implica que en cada relación se activan determinados *selves* tanto en una persona como en la otra, por lo que cada relación particular conlleva su también particular noción de sí mismo a cada miembro. Igualmente, podemos pensar en la evolución posterior de las relaciones

en términos de los *selves* que se activan y se potencian, permanecen latentes o no y pueden ser expresados o son reprimidos.

Otros autores de esta escuela, como Stephen Mitchell, han desarrollado estas ideas invirtiendo prácticamente los términos en la formulación: “la subjetividad surge de la intersubjetividad”, es decir, adquirimos la noción de nosotros mismos (y toda la construcción subsiguiente) a partir de las relaciones. Esta formulación recuerda claramente la de Lacan sobre el estadio del espejo, en el cual el niño adquiere conciencia de sí mismo y de su propia unidad a partir de verse reflejado en el espejo, lo que es una forma metafórica de decir “la mirada del otro”.

En esta misma escuela, querría referir la reivindicación de Andrew Morrison respecto a la vergüenza como un sentimiento primario, anterior a la culpa e incluso más determinante del desarrollo. Morrison 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.

Otra autora de esta línea, Dona Orange (2005), concibe la vergüenza como un indicador de un aspecto de la personalidad que ha sido inhibido y sus contrarios serían, justamente, los “sistemas de reconocimiento y validación”, que favorecen la expresión de los *selves* ocultos permitiendo la expansión.

El apego y los patrones de afección. La función terapéutica natural de la pareja

La tercera corriente relacional es europea, británica, y fue iniciada por John Bowlby, aunque cabe asociarle algunos otros autores como Balint, Fairbairn, Winnicott o el grupo de Boston.

Los puntos de discrepancia con la teoría de Freud son su segunda teoría instintiva (1920) en la que formuló la pulsión de muerte, y la preeminencia que Bowlby dio al instinto de protección correspondiente al instinto de supervivencia de Freud. La teoría de Bowlby se vio notablemente reforzada por el descubrimiento del *imprinting* por K. Lorenz y otros (Premio Nobel, 1973) que indicaba que la necesidad de seguridad y la búsqueda de protección son los impulsos más primarios. A partir de estas premisas, Bowlby desarrolló el estudio del psiquismo y sus patologías basado en el apego.

Obviaremos comentar la polémica que sostuvo con los grupos psicoanalíticos predominantes, que creían que su obra no era propiamente psicoanalítica puesto que se basaba en la observación de conductas y en el concepto de *modelos de funcionamiento interno* que no contiene únicamente aspectos emocionales, sino también perceptivos y cognitivos. No obstante, es interesante referir que a lo largo de su obra Bowlby incorporó aportaciones de la biología, la epistemología genética de Piaget y otras que siguió con sumo interés, lo que ha propiciado que los estudios que inició tengan hoy continuidad en otros actuales de indudable valor científico (ver Lyons-Ruth, 2003). No podemos extendernos aquí con mayor detalle sobre los patrones de apego, que por otra parte son bien conocidos. Solamente resaltar que los sentimientos de seguridad y confianza son básicos para el ser humano y, por supuesto, para el desarrollo de la pareja.

Hay otros autores muy relevantes en el campo de la pareja que incorporan indistintamente conceptos de cualquiera de las tres corrientes relacionales que hemos mencionado. Entre estos conceptos mencionemos brevemente algunos de especial valor.

Uno de los conceptos principales es el de la pareja como *un tercero*, es decir, como una entidad propia que si bien ha sido creada conjuntamente por sus miembros, adquiere cierta independencia. Ruszczynski (1993) propuso el concepto de *contenedor marital* —siguiendo la idea de continente/contenido de Bion (1959)— como un espacio co-creado por los miembros de la pareja mediante el cual éstos regulan la tensión y los contenidos psíquicos pueden ser metabolizados y reelaborados. No obstante, este tercero puede adquirir un carácter maligno y convertirse en un espacio de proyección y actuación de las experiencias traumáticas individuales

no procesadas. Este tipo de funcionamiento destruye la intimidad y la confianza, y los compañeros no pueden reconocer el punto de vista del otro sin sentir que están perdiendo los suyos propios. Como resultado, co-crean un tercero persecutorio que estructura el vínculo marital en torno a la complementariedad, o un emparejamiento a través de procesos proyectivos/introyectivos (ver el interesante trabajo reciente de Tsamparli, 2015, sobre un caso clínico).

Terminaremos con otro de los conceptos fundamentales y de gran valor terapéutico: las *membranas* que delimitan los espacios de la pareja, aportado por Dicks (1967), un autor clásico de este campo. En primer lugar, la membrana *extradiádica*, que delimita la pareja frente al mundo exterior. La formación de esta membrana se produce en las primeras complicidades del enamoramiento y, contrariamente, su deterioro indica un proceso de disolución de la pareja en el cual sus miembros buscan la complicidad y la alianza con terceros (especialmente con los terapeutas) contra el otro miembro. La segunda membrana es la *inradiádica* y regula los espacios o la distancia entre los miembros. Es esta la que determina el grado de confianza e intimidad entre ellos.

Las membranas tienen una especial relevancia ya que todo proceso terapéutico interviene sobre ellas, sea de forma explícita o implícita, puesto que, efectivamente, una pareja debe encontrar su particular equilibrio entre lo que comparte y lo que no comparte. Este es mi punto de vista sobre lo que he llamado *la función terapéutica natural de la pareja*, ya que no solo las relaciones en general sino las relaciones de intimidad, complicidad y confianza son necesidades básicas para el desarrollo de los individuos, pero también deben ser suficientemente sólidas para permitir el encuentro de cada miembro con otros y, sobre todo, consigo mismo.

Referencias bibliográficas

Bion, W. (1962), *Volviendo a pensar*, Barcelona, Paidós (1966).

Coromines, J. (2000), "Núcleos de sensorialidad no mentalizada: sus manifestaciones en la clínica analítica", *TEMAS DE PSICOANÁLISIS*, núm. 5, pp. 9-21.

Dicks, H. (1967), *Tensiones maritales*, Buenos Aires, Hormé, 1973.

Freud, S. (1920), "Más allá del principio del placer", en *Obras Completas*, vol. VII, Madrid, Biblioteca Nueva, 1975.

Hegel, G.W.F. (1807), *Fenomenología de l'esperit*, Barcelona, Laia, 1985.

Kohut, H. (1979), *Los dos análisis del Sr. Z*, Barcelona, Herder, 2002, pp. 17-90.

Kojeve, A. (1933-38), *La dialéctica del amo y el esclavo en Hegel*, Buenos Aires, Pléyade, 1987.

Lyons-Ruth, K. (2003), *The Interface Between Attachment and Intersubjectivity: Perspective from the Longitudinal Study of Disorganized Attachment*, Dahlem, Alemania, Max Planck Institute.

Morrison, A. (1987), "The eye turned inward", en *The Many Faces of Shame*, ed. D. Nathanson, Nueva York, Guilford.

Orange, D. (2005), "¿Vergüenza de quién? Mundos de humillación y sistemas de restauración", *Aperturas psicoanalíticas*, núm. 20.

Ruschynski, S. y Fisher, J. (1995), *Intrusiveness and Intimacy in the couple*, Londres, Tavistock Institute of Marital Studies, Karnac Books.

Stolorow, R. y Atwood, G. (1992), *Los contextos del ser*, Barcelona, Herder (2004), pp. 171-198.

Tsamparli, A. (2015), “La ansiedad paranoide y el tercero en la terapia analítica de pareja”, congreso EFPP, Berlin, *Dossier de pareja y familia*, AEPP, 2017. www.aepp.eu.

Resumen

Este artículo explica los antecedentes filosóficos de la intersubjetividad y los puntos de vista fundamentales de tres corrientes dentro del psicoanálisis relacional refiriéndolos especialmente a la pareja. Finaliza añadiendo algunos conceptos comunes a los autores relacionales.

Palabras clave: pareja, intersubjetividad, self, membranas, la pareja como “tercero”.

Abstract

This article explains the philosophical background of intersubjectivity and the fundamental points of view of 3 currents within relational psychoanalysis, referring them especially to the couple. He ends by adding the concepts of “membranes” and “the couple as a third party” that tend to be common in the different relational authors.

Key words: couple, intersubjectivity, self, membranes, the couple as a “third”.

Pere Llovet Planas

Especialista en Psicología Clínica y Psicoterapeuta psicoanalista (ACPP/FEAP).

Delegado de Pareja y Familia de la EFPP.

Supervisor de la Diputación de Barcelona.

e-mail: perellovet@telefonica.net