

ENTREVISTA CON: Joseph D. Lichtenberg

Por Raúl Naranjoⁱ

Una vez escribió que cuando llegó al psicoanálisis el paisaje estaba dominado por la Psicología del Yo. ¿Cómo fue este primer periodo de su formación psicoanalítica?

Bueno la Psicología del Self es una teoría muy interesante, porque surge de la base del “ello, yo y superyó” y luego amplía todo esto, pero particularmente sobre la idea de que el Yo es un aparato ejecutivo. Lo que Hartmann añade, y hace a la psicología del Yo mas rica fue la idea de que todo esto opera en algún grado en respuesta al ello y para la adaptación, así que puso a la persona en el mundo.

El problema es que siguieron usando conceptos que ya no tenían significado. El concepto de energía y modos de neutralizar la energía... esa hipotética energía que no disminuye... y también las divisiones y compartimentos, no funcionaban. Porque las defensas, que están en el Yo, se oponen a otras partes del Yo y las pulsiones... en definitiva no funcionaba, no encajaban juntas. Y en un nivel filosófico cada parte de este complejo sistema se define por otra parte, es un sistema cerrado que no tiene un sentido de apertura. Y por ultimo no encajaba muy bien con la clínica, no era fácil de usar clínicamente. Hubo mucha gente que la usó, que creyó en ella, incluido yo mismo que escribí artículos en las principales revistas tratando de mantenerlo en una perspectiva del desarrollo, pero de nuevo, incluso ahí no encajaba demasiado.

Yo estaba buscando algo mas, estaba buscando una manera de pensar en las personas, que se derivase de un modo mucho mas directo de la clínica. Y no solo en términos de mi trabajo como clínico, sino de mi propio e incompleto análisis, que había dejado importantes áreas sin trabajar. Y entonces, cuando encontré, mas por accidente que planeado, el libro de Kohut “Análisis del Self” inmediatamente reconocí que esta era un área que nos abría a modos de mirar cómo las personas reaccionan con otras personas, cómo se sienten... Kohut no era un “relacional” él estaría muy descontento de que se le considerase así porque el todavía estaba muy inmerso en la psicología del Yo tradicional, el Psicoanálisis y quería

214



solamente expandirlo un poco desde ahí. Pero aquellos de nosotros que comenzamos a interesarnos en él nos veíamos que había dos vías una de relaciones objetales y otra del Self y no funcionaba y que esta era una apertura a una completa área de interacción humana.

¿En qué momento comenzó la influencia del trabajo de Kohut? ¿Que cambió en su comprensión de las dinámicas del ser humano después de Kohut?

Bueno comenzó en 1973 cuando hice una reseña del libro “Análisis del self” y me dije “este libro es un clásico”. Era algo que nunca había dicho de un libro que estuviese leyendo. Pensé que la parte clínica del libro era preciosa y que la teoría era... bueno, no tan genial. El núcleo de la teoría sobre qué cosas afectan a la autoestima de una persona, el narcisismo, fue muy acertado. Pero la otra parte fue un inclinarse a la Psicología del Yo y no quedaba integrado propiamente. Así que me quejé un poco sobre estas cuestiones, pero por otro lado me sentí completamente enganchado. Y entonces fui invitado al primer gran encuentro de la Psicología del Self, en Chicago, como uno de los participantes. Ellos estaban interesados en mí, porque tenía una reputación como Psicólogo del Yo y yo estaba interesado en ellos porque pensé que habían descubierto algo y también porque Ernest Wolf era uno de mis mejores amigos de la escuela de medicina así que esto me daba una conexión a nivel personal.

¿Cuál fue el desarrollo posterior de la Psicología del Self?

Bueno, por un lado, Stolorow estaba empujando hacia el más amplio dominio de lo intersubjetivo. La intersubjetividad como concepto cruza sobre muchos tipos de líneas, comienza con Trevarthen en el ámbito de la investigación en el Reino Unido, continua con Stolorow y también en Jessica Benjamin y casi en cualquiera de los relacionales en una forma u otra. Se ha convertido en la actualidad en un hecho diría que para todos excepto para los kleinianos. No veo a los kleinianos hablando de intersubjetividad porque ellos hablan acerca de identificación proyectiva, que es un proceso diferente a lo que estamos hablando. Ellos ven un mundo de una-persona poniendo en el otro, dentro del otro y eso no es intersubjetividad. Pero se puede decir que es un concepto aceptado de forma general.

El otro camino emprendido tras Kohut es el de los sistemas, que yo comencé y que continuaron otros autores como Bill Coburn y Estelle Shane que han elaborado una visión mucho más compleja de los sistemas no lineales. Yo estaba más centrado en áreas específicas de la motivación y solo indirectamente en sistemas. Ellos redefinieron el concepto de sistemas. Y todos usamos el trabajo de Edelman y Damasio como un trabajo fundacional. Y después la última pieza, enorme pieza, es Bowlby y toda la investigación en el apego en la que he estado también muy involucrado.

Fue pionero en el campo de la investigación infantil. ¿qué motivaciones le condujeron a llegar a este campo?

Bueno, estuve inspirado por los hallazgos que vi en los trabajos de investigación, los artículos que llegaban... Yo pensaba que entendía algo de desarrollo como freudiano y psicólogo del Yo y acabé encontrando estas cosas que ponían en entredicho o completamente negaban muchas de las teorías. Y entonces comencé a estar involucrado con gente como Daniel Stern y un montón de gente que hacían investigación de forma muy activa y me di cuenta de que había todo un mundo ahí y que la mayor parte de los analistas no le prestaban ninguna atención. Y entonces, junto con Daniel Stern consideré un paradigma filosófico que es: ¿por qué tratas de comprender la infancia desde los adultos? ¿por qué miras adultos y reconstruyes la infancia? ¿por qué no mirar a los bebés?...

Así que queríamos construir el mundo de la persona desde la base en lugar de intentar entender los orígenes desde el recordar. Y todo comenzó así, junto a Daniel Stern, también estaba Joe Sandler, Louis en Inglaterra, por supuesto Bowlby y Fonagy. Y cuando se ponían en común los hallazgos con el psicoanálisis decíamos: aquí están las observaciones y aquí la teoría... espera un minuto, esto no encaja. Y mi libro, y el libro de Daniel "The interpersonal World of the infant" exploraban las teorías establecidas a través de los hechos. Y a algunas personas les gustan los hechos y a otras no les gustan... (risas)

Y la investigación infantil le conduce a cambiar la visión clásica de las motivaciones humanas. Desde las pulsiones libidinales y agresivas comienza a establecer cinco diferentes sistemas motivacionales.

Más que reemplazar, fuimos incluyendo todas las observaciones que eran relevantes para no dejar nada fuera. No es que dijese "esto no es bueno y esto sí que es válido". Sino: "qué es lo que es bueno en esto, y como puedo mantener lo que es bueno de una manera que no contradiga los hechos"

¿Cómo llegó a estos cinco sistemas y por qué estos?

Bueno, parte de la respuesta a tu pregunta es ¿cómo alguien llega a una idea original? Tu piensas sobre algo, te imbuyes en algo y entonces, tu ves algo. Y tomas lo que has visto y vas jugando con ello, modificado y probándolo. Así que he estado pensando en todo lo que la gente ha estado diciendo.

También has de entender que en 1980 inicié Psychoanalytic Inquiry, la revista y yo era el jefe de redacción y quería que la revista incluyese todos los puntos de vista. Así que yo miraba a todo, por ejemplo la medicina psicosomática. "¿sobre qué estaban hablando?", "¿que pasaba con toda esta gente que tenía trastornos de la alimentación, y trastornos del sueño, etc?" Así que, debía haber algún sistema para todos estos fenómenos corporales y requerimientos fisiológicos, un sistema que maneja todo esto.

216

Pero ese sistema será muy diferente de la interconexión con mi madre cuando soy un bebé y la busco, y como la respondo y ella me responde a mí. También es diferente lo que obtengo en este caso. Cuando tengo hambre y como, me sacio, y lo siento en mi cuerpo. Cuando recibo seguridad o afecto es diferente, son cosas diferentes, así que no me encajan en el mismo sistema. Ok, entonces hay un sistema de apego, estudiado y conocido por Bowlby y por otros y cuya meta es la intimidad, así que este es otro sistema completo.

Pero yo no solo estoy interesado en mi madre o mi padre como individuos, estoy interesado en algo más, la familia, el grupo... así que desarrollo el interés por los grupos: mis compañeros de clase, de religión, mis compatriotas... la meta es muy similar al apego, es intimidad, es pertenencia, conexión, es sentirse seguro en ello.



Pero a veces, ya tengo suficiente de otras personas y estoy interesado en otras cosas, abro un libro o miro arte... así que tengo un área la cual quiero explorar y los bebés lo hacen también. Cuando estas con un bebé, después de interactuar con él, cuando le dejas y le pones algún objeto móvil, ¿qué es lo que hace el bebé? Observarlo, pone sus manos en él, etc... el bebé está metido en la exploración. Pero la exploración no es una actividad neutral, algunas cosas interesan al bebé más que otras de la misma forma que a mí me interesan más algunas cosas que otras. Así que exploramos basándonos en algunas preferencias. Por ejemplo, recientemente ha habido un descubrimiento muy interesante, de que ciertos bebés están mucho más intensamente absorbidos por objetos inanimados, y muy desinteresados en

217

la interacción con humanos. Y parecen como precursores de los pacientes con síndrome de Asperger. Así que parece que debe existir un balance entre la exploración y el apego.

Y hay otro sistema importante que es: “¿Qué hago cuando no me gusta algo?” ¿Cómo puedo expresar cuando no me gusta? Bueno, esencialmente hay dos formas de hacerlo construidas por la evolución: una es la hostilidad y la otra es la huida o retirada. Y también tenemos afectos que nos conducen a una u otra opción. Tenemos miedo, tristeza, vergüenza, humillación que nos empujan a la retirada, pero también podemos ser aversivos a la retirada y comenzar a ser hostiles o bien estamos llenos de enfado o rabia y esto nos conduce a ser hostiles. Pero a su vez esto nos puede meter en problemas y movilizar miedo y entonces otra vez huida, etc. Así que este sistema en su totalidad opera de un modo muy complejo, pero es un sistema muy importante y todos los afectos conectados son también muy importantes. Y mas te vale que este sistema no esté altamente organizado en el primer año de vida. Mas te vale que cuando veas algo aversivo, alguien venga y te diga: “oh, ¿cual es el problema? Yo lo arreglo por ti...” y entonces no consolidas el miedo. Pero si tu estas con ansiedad y tu madre viene y se pone más nerviosa entonces la ansiedad crece en el sentido básico corporal.

Y por ultimo hay algo más que observamos en los bebés: les encanta que les sostengan, les besen, les acaricien y esto es muy sensual. Les gusta la música, seguir un ritmo. Los bebés son sensuales, pero no sexuales, no buscan la satisfacción orgásmica. Buscan experiencias sensuales que además son muy fácilmente integrables en el sistema de apego.

Todo esto tiene sentido para mi. Estos son los sistemas básicos, pero luego hay jerarquías de mayor complejidad. Por ejemplo cosas como: ¿qué pasa con la creatividad? Bueno creatividad es un nivel altamente integrado que puede servirse de cualquiera o todos los sistemas. Lo que es particularmente propio de la persona creativa es la habilidad de servirse de cualquier aspecto de la vida, una especie de apertura a algunos de los aspectos fundamentales motivacionales. Pero estos son los fundamentales, los observables en cualquier día de la vida de un bebé.

Así que si me preguntas como los encontré, no puedo responderte. Hice gran parte de la selección cuando hacia algún tipo de deporte. Cada día me levanto sobre las 5:20 y suelo ir a nadar o voy a caminar y lo que hago es revisar todos los pacientes del día anterior. Y un día mientras estaba nadando todo esto me vino a la cabeza... simplemente me surgió.

¿Cuánto de lo observado en la interacción madre hijo es trasladable a campo de la terapia?

Bueno hay ciertos cruces obvios, como por ejemplo que una de las cosas que permiten un buen maternaje es ser un buen observador y ser capaz de

218

resonar emocionalmente con lo que observas y ser capaz de sostener en tu mente a la otra persona. Todas estas son características de una buena madre/padre. Y son los mismos fundamentos para ser un buen analista, un buen terapeuta: ser observador, resonar con lo que observas y ser capaz de sostener al otro en tu mente.

Pero, ahora bien, no debes pensar en tu paciente como un bebé, porque tu paciente es un ser humano completo y dinámico, con toda la complejidad. Así que necesitas algunas herramientas más que solo el modelo de la madre y el bebé.

Muchos de los teóricos actuales, como el Boston Change Group están enfatizando lo no verbal. Yo soy un gran defensor de lo no verbal, pero igualmente de lo verbal. Porque somos seres simbólicos, así que procesamos información simbólicamente. Y la metáfora es uno de lo más poderosos métodos para la apertura de la mente. Así que otro cruce es: una madre que habla con un bebé pone a ese bebé en un mundo simbólico. El niño no lo entiende aun simbólicamente pero está preparado para entrar en el mundo simbólico. Las madres que no hablan con los bebés tienen bebés que no van a responder tan bien y tan rápido al mundo simbólico. Pero además, las madres que cuando hablan con los bebés, lo hacen hablando un “lenguaje de estado mental”: “¡Ohh así que estas hambriento! Así que eso es lo que pasaba, esto es por lo que estabas llorando...” (*habla con entonación pronunciada*). Estas madres identifican el afecto que está presente en el estado mental del niño. Lo mismo pueden hacer los terapeutas, hablar un “lenguaje de estado mental” y tocar el afecto, tocar algo interno y profundo. Y esto es muy importante.

Con Lachman y Fosshage establecieron 10 principios de la técnica psicoanalítica. Pero al mismo tiempo nos avisa de los peligros de seguir la técnica de un modo muy estrecho. Parece que la espontaneidad y lo específico de cada encuentro son muy importantes para usted. ¿Porque son tan importantes?

Porque así es como se da la conexión entre humanos. Déjame pensar en un ejemplo cotidiano... Durante una supervisión, mi supervisado se había salido un poco del principal tema del paciente, pero era una cosa hecha de forma muy calurosa y humana y yo prefiero que lo haga así, de forma tan espontánea que está un poco fuera de la norma. Entonces lo que pasó es que el paciente se dio cuenta de ello, lo dejó y volvió al tema principal. Esto es para tratar de ilustrar que nunca sabes lo que va a ocurrir cuando asumes un poco la aventura.

Conté la historia sobre una vez, cuando un paciente mío estaba tratando de explicarme cuan profundamente importante fue su relación con su madre y como esto jugó un papel en su intensa envidia sobre su hermana gemela, que la madre parecía preferir. Yo estaba tratando de indicar a mi paciente

que entendía muy bien como ella se había sentido. Y yo traté de usar las palabras de mi paciente las cuales fueron en Yiddish. Ella se puso furiosa, entró en un estado de rabia. La conclusión a la que llegamos es que ella me vio como uno de esos arrogantes judíos alemanes que mirábamos con desprecio a los rusos o europeos del este y lo que ocurrió es que explotó y puso al descubierto una transferencia negativa latente.

Así que necesitas aventurarte en la espontaneidad si sabes como utilizarla, si te mantienes con ella y tratas de sacarle un sentido y si no te pones defensivo

Uno de estos 10 principios técnicos que establecieron es: “El mensaje contiene el mensaje” ¿Piensas que ha sido subestimada la importancia del mensaje explícito del paciente?

Si, absolutamente, absolutamente. Hay dos problemas que vienen con eso. Uno es salirse demasiado rápido del mensaje explícito y atribuyéndole que es una defensa frente a algo más. Pero es lo que el paciente elige para comunicar contigo. Así que hay que sacarle todo el provecho antes de descartarlo. Este es un problema, pero el otro es que mucha gente escucha el mensaje y piensa: “ya sé lo que es esto” y no lo saben.

Dicen: “el paciente me ha dicho esto, es una repetición”... pero el paciente te lo ha dicho en ese contexto, piensa en que has hecho con este contexto para hacer que el mensaje vuelva a repetirse. Así que hay varias maneras de descartar el mensaje explícito.

Y todas las partes ensombrecidas, porque no hay ningún mensaje explícito que no tenga algo implícito en él. De lo que yo hablo es del mensaje completo, no solo las palabras. La gente lo descarta demasiado rápido y es más importante de lo que a menudo pensamos

Una de mis frases favoritas tuyas era algo como: La psicología del Self es todo lo que haces en terapia y nunca le cuentas a tu supervisor”. ¿Existe aun tal distancia entre lo que hacemos y lo que contamos después?

Estoy convencido de que todo el mundo en supervisión oculta algo, no te lo cuenta. A causa del potencial para la vergüenza. Pero yo creo que en el mundo de hoy en día, la rigidez no es tan grande. En la época que yo me formaba la rigidez era enorme. Tendría muchas historias que contar sobre ello. Pero yo creo que la caricatura del típico analista que solo interpreta o actúa de una forma muy rígida, creo que eso ya se ha perdido. Pero bueno no lo sé... porque yo sé lo que mis alumnos hacen no lo que hacen los alumnos de los demás.

¿Qué otros campos o áreas piensa que son necesario explorar y descubrir en psicoterapia en el futuro? ¿En qué direcciones cree que puede ir la psicoterapia?

Creo que como campo, uno de los que más interés pueden tener es el de la nueva ciencia de la genética. Vamos a aprender la significancia relativa del potencial genético y la realización de ese potencial a través del mundo ambiental... y esa creo que es la nueva frontera. Creo que es una nueva frontera muy interesante e importante.

Creo que seremos capaces de aprender más sobre cómo abordar problemas con gente que tiene una vulnerabilidad genética. Hay muchos problemas de los que vemos ahora, como el autismo, Asperger, trastorno Bipolar, o los potenciales para la ansiedad, o para no percibir el riesgo... la vergüenza o la timidez. Por ejemplo hay niños que son tímidos conductualmente y que pueden ser inducidos al cambio y hay otros que están temblando por dentro, con afectación del sistema nervioso y no puedes animarles tan fácilmente. Así que ¿qué es lo que crea estas diferencias? Hay cientos de cuestiones... Y creo que vamos a necesitar traer el campo completo de la genética dentro de la ecuación



Próximamente Joseph D. Lichtenberg visitará Madrid (8 y 9 de Mayo 2009) con una sesión de trabajo co-patrocinada por IARPP-España y el Instituto de Psicoterapia Relacional.

Bethesda, Maryland (Estados Unidos), Septiembre 2008.

¹ Naranjo, R. (2009). Entrevista a Joseph D. Lichtenberg. *Clínica e Investigación Relacional*, 3 (1): 214-505. [<http://www.psicoterapiarelacional.es/portal/>]