



## EL CAMBIO PSÍQUICO A TRAVÉS DE LA RELACIÓN El puente emocional entre Hazel Ipp y su paciente Nell<sup>1</sup>

**Ramón Riera i Alibes**  
*IARPP-España, Barcelona*

En lugar de *cura por la palabra* (la célebre *Talking Cure*), creo que la expresión *cura por la relación* encajaría mejor con mi experiencia de lo que sucede en un tratamiento psicoanalítico. En una relación terapéutica, paciente y analista intercambian muchas más cosas que palabras. Es más, el intercambio de emociones entre paciente y terapeuta será lo más relevante para alcanzar el cambio psíquico. A veces, las palabras pueden ser un potente instrumento para alcanzar a sentir emociones; otras veces las palabras y el pensamiento reflexivo pueden ser utilizadas para no sentir. En el comentario que viene a continuación intento enfatizar la dimensión emocional, implícita, no reflexivo-verbal de la relación entre Hazel y Nell que conducirá a ambas a poder ensanchar su capacidad de sentir emociones.

**Palabras clave:** Cambio Psíquico, Relación.

Instead of the celebrated *Talking Cure*, I think that the expression *Relational cure* fits better with my experience of what happens in psychoanalytic treatment. In the therapeutic relationship, patient and analyst exchange much more than words. What is more, the exchange of emotions between patient and therapist will be what is more relevant in attaining psychic change. Sometimes, words can be a powerful tool to help to be able to feel emotions; at other times words and reflective thinking are used not to feel. In the following comments I'll try to emphasize the emotional, implicit, non verbal-reflective dimension of the relationship between Hazel and Nell that will lead to both of them being able to widen their capacity to feel emotions.

**Key Words:** Relation, Psychic Change

**English Title:** PSYCHIC CHANGE THROUGH RELATING. The emotional bridge between Hazel Ipp and her patient Nell

**Cita bibliográfica / Reference citation:**

Riera, R. (2009). El cambio psíquico a través de la relación. El puente emocional entre Hazel Ipp y su paciente Nell. *Clínica e Investigación Relacional*, 3 (1): 20-26.  
[<http://www.psicoterapiarelacional.es/CeIRREVISTAOnline/CEIRPortada/tabid/216/Default.aspx>] [ISSN 1988-2939]

## Introducción

En lugar de *cura por la palabra* (la célebre *Talking Cure*), creo que la expresión *cura por la relación* encajaría mejor con mi experiencia de lo que sucede en un tratamiento psicoanalítico. En una relación terapéutica, paciente y analista intercambian muchas más cosas que palabras. Es más, el intercambio de emociones entre paciente y terapeuta será lo más relevante para alcanzar el cambio psíquico. A veces, las palabras pueden ser un potente instrumento para alcanzar a sentir emociones; otras veces las palabras y el pensamiento reflexivo pueden ser utilizadas para no sentir. En la presentación que viene a continuación intento enfatizar la dimensión emocional, implícita, no reflexivo-verbal de la relación entre Hazel y Nell que conducirá a ambas a poder ensanchar su capacidad de sentir emociones.

## Las primeras migraciones

Los humanos somos los únicos primates que estamos adaptados a las diferentes áreas del planeta. El resto de los primates viven sólo en las zonas tropicales. Hace casi dos millones de años nuestros antepasados (*homo erectus*) salieron de África, y llegaron hasta el Caucaso. En el yacimiento de Dmanisi (Georgia) se han encontrado varios cráneos (*homo Georgensis*) de aquellos primeros “emigrantes” africanos. Uno de ellos ha sido una enorme sorpresa para los investigadores: no tenía dientes. Correspondía a un anciano que en el momento de morir llevaba ya años sin dentadura, lo cual significa que aquel antepasado nuestro fue alimentado por el resto de su grupo, probablemente masticaban los alimentos que luego depositaban en su boca. Parece que nuestro amoroso beso en los labios empezó a fraguarse en aquella conducta cooperativa (Hrdy). El anciano desdentado de Dmanisi ha sido una enorme sorpresa para los paleontólogos: ¿cómo puede ser que seres tan primitivos, que no habían alcanzado todavía la capacidad simbólica y que no producían arte, pudieran tener una conducta cooperativa tan evolucionada? La hipótesis que se maneja es que la cooperación es un prerrequisito para la aparición del lenguaje.

Quizá, hace dos millones de años, nuestros tatarabuelos africanos empezaron a desarrollar un sistema de neuronas espejo que los diferenciaron del resto de los grandes simios. Quizá esta nueva herramienta de nuestro cerebro posibilitó los inicios de una nueva capacidad que desde entonces no hemos parado de desarrollar: la capacidad de compartir estados emocionales, el “yo siento que tú sientes que yo siento” (Stern), la capacidad de empatizar, de establecer conexión intersubjetiva, la capacidad tan altamente rentable desde el punto de vista evolutivo de establecer conductas de colaboración. Quizá, aquellos primeros “emigrantes” africanos, gracias en parte a su recién adquirida capacidad colaborativa, pudieron salir del territorio tropical africano para aventurarse en geografías desconocidas y climas adversos. Todas estas especulaciones se pueden apoyar en los estudios comparativos entre humanos y grandes simios que Tomasello y su equipo realizan, donde concluyen que la diferencia central entre nosotros y los demás primates reside en la capacidad de los humanos para *compartir estados intencionales*.

## La cueva de Blombos

75.000 años antes que Hazel, y luego Nell, iniciaran su viaje de Sudáfrica a Canadá, en Sudáfrica vivían los primeros homínidos que fueron capaces de producir arte. Los primeros

artistas, es decir los primeros humanos de nuestro planeta que alcanzan la capacidad simbólica. Clásicamente se ha considerado que la adquisición de la capacidad simbólica, y más en concreto del lenguaje verbal, es el gran salto evolutivo que nos ha diferenciado de los demás primates. Pero, tal como convincentemente nos explica Tomasello, la adquisición del lenguaje verbal no habría sido posible si *antes no se hubiera adquirido la capacidad para la conexión intersubjetiva*. Para aprender a hablar, antes tenemos que saber que el otro tiene sensaciones subjetivas parecidas a las que nosotros queremos expresar.

Dejemos ahora que Hazel nos muestre como ella utiliza las capacidades de conexión intersubjetiva y de lenguaje verbal para ayudar a Nell a cambiar psíquicamente.

### La primera conexión intersubjetiva entre Hazel y Nell, y la búsqueda de las primeras palabras

Hazel, a través de sus primeras interacciones con Nell, puede empezar a revivir vivencias de su propia emigración...

Que bien podía equiparar mi propia experiencia con la descripción que Nell hacía de su presente. Ya muy al principio de registrar esa **resonancia** me sorprendió un naciente "**ella y yo**", casi un "**nosotras**", supuestas enemigas, pero en cambio vinculadas por **una comunión de vivencias y sentimientos**. [...] **Uniéndome** a ella, dije: "recuerdo bien esa forma de sentir".

Hazel y Nell empiezan a sentir las primeras emociones compartidas, es decir empiezan a sentir juntas. Las dos empiezan a investigar las emociones que todavía no son claras, es decir que todavía no pueden ser sentidas de una manera nítida. De una forma tácita, sin palabras explícitas, Hazel le transmite a Nell: quiero sentir lo que tú sientes, intenta explicármelo lo mejor posible mientras te esfuerzas en explicarme lo que sientes irás sintiendo tus emociones con más claridad, cuanto más nítida sientas tu emoción más fácil será encontrar las palabras adecuadas; cuanto mejor encajen estas palabras con la emoción sentida más útiles nos serán estas palabras como camino para llegar a esta emoción en el futuro, es decir, en el futuro estas palabras nos ayudarán a llegar a la emoción para poder sentirla de forma más plena.

Desafortunadamente, la madre de Nell nunca pudo hacer este trabajo, nunca pudo transmitirle a su hija "quiero sentir lo que tú sientes". Aquella mujer estaba demasiado abrumada por sus propias experiencias traumáticas. Entre otros horrores extremos, a los 11 años fue violada y tuvo que presenciar la violación de su propia madre. Era por tanto una mujer con demasiada urgencia para utilizar las relaciones con los demás, también con su hija Nell, para aliviar su propio dolor. Yo acostumbro a ilustrar esta situación de inversión de roles con el cuadro de Magritte *L'Esprit de géométrie*. Nell "tenía la necesidad de rendirse a las exigencias de su madre para que ésta no se desmoronara, incluso al precio de sacrificar su propio sentido del self, sintiéndose cada vez más y más ajena a cualquier experiencia de necesidad o deseo propios".

Por tanto la madre de Nell no pudo ayudarla a "entrenarse" a sentir. La emoción es una herramienta muy potente y rápida para evaluar situaciones sin la participación de la reflexión verbal. Nell no podía sentir miedo cuando pasaba la frontera clandestinamente con alguien escondido en el maletero. Las conexiones de los circuitos neuro-hormonales que generan la

sensación de miedo no habían sido suficientemente “entrenadas”, y por tanto no se podían activar. La emoción del miedo como evaluación del peligro era una herramienta a la que Nell no tenía acceso. A continuación relataré un par de experiencias relacionales que han marcado mi manera de entender las graves consecuencias que tiene el no poder sentir ciertas sensaciones o emociones.

### La insensibilidad al dolor conduce a la amputación

Max, uno de los primeros pacientes que atendí cuando era residente de psiquiatría en un hospital infantil, era un niño al que los cirujanos tenían que amputarle un pie. Se trataba de un niño con una enfermedad neurológica que le impedía tener sensibilidad en los pies: al no sentir dolor ante las rozaduras, no cambiaba el pie de posición, y finalmente las rozaduras se habían convertido en úlceras incurables. Fue una primera experiencia muy impactante que dejó muy bien grabado en mi memoria lo enormemente trascendente que puede resultar no procesar información: para aquel niño, no procesar la información del dolor de aquellas primeras rozaduras le condujo a tener que perder el pie.

Manolo, otro paciente mío, empezó a tener ataques de angustia cuando su mujer quedó embarazada. Unos 20 años antes, cuando Manolo tenía catorce años, un atardecer, de repente, mientras toda la familia estaba en casa, un grupo especial de policías, armados hasta los dientes, irrumpió intempestivamente en la vivienda por varias ventanas al mismo tiempo. La típica escena que vista en una película de acción puede llegar incluso a ser emocionante, pero que si te pasa a ti mismo te quedas con las piernas temblando y el cuerpo descompuesto durante días. Esposaron y se llevaron detenido a su padre, en aquel entonces un contrabandista de drogas. ¿Sintió miedo Manolo? “No...mmm... bueno quizá sí...mmm... lo normal” contestaba, casi avergonzado de que yo no le viera “normal”. Luego con su padre ya en la cárcel, tuvo que ir varias veces conduciendo (por supuesto que sin carné de conducir, tenía sólo 15 años) a unos descampados del barrio de San Cosme a cobrar deudas de la droga. Al igual que Hazel nos acaba de explicar, yo también sentí el impulso automático (no reflexivo, implícito) de comentar que debió de ser una situación terrible para él. Pues no... Manolo no lo recordaba como nada especial... más bien era como algo rutinario. Estuvimos hablando mucho sobre todo aquello, yo le mostraba mi impacto ante la escena de un niño indefenso reclamando el dinero de la droga a camellos y delincuentes. Manolo entendía que “desde fuera” llamara la atención, pero intentaba explicarme que él se había criado en aquel ambiente y por tanto “ya se había acostumbrado”. Claramente, aquí, nuestros cerebros no trabajaban en red. Al igual que al principio sucedió entre Nell y Hazel, Manolo me veía como alguien demasiado distinto a él, viendo las cosas “desde fuera”, y por tanto mis reacciones emocionales venían de alguien tan distinto que no le resultaban útiles. Un día, de una forma inesperada para mí (involuntaria, no reflexiva, inanticipable unos segundos antes) tuve una corazonada (es decir una reacción corporal disparada por mi memoria implícita) que seguí de forma inmediata, sin pararme e reflexionar en ella, sin dedicar ni un solo segundo a anticipar reflexivamente sus posibles consecuencias, y le solté: “¿tú te imaginas a tu hijo que va a nacer, dentro de 14 o 15 años, metido en aquel coche, yendo, totalmente solo, a cobrar a los camellos de San Cosme?”. Manolo se quedó en silencio unos segundos, su cara se desencajó, y finalmente pudo decirme, desconcertado: “se me acaba de poner la piel de gallina... nunca habría imaginado que pudiera llegar a ver los descampados de San Cosme con el terror que ahora estoy sintiendo”. Yo sentí un alivio enorme: haciendo un paralelismo con Max, habíamos encontrado un medio para que Manolo pudiera llegar a sentir el dolor en su pie.

La relación de Manolo con su esposa, con su hijo que estaba en camino, y conmigo mismo le estaba permitiendo, por primera vez en su vida, sentir el dolor que el mundo de su padre le infligía. La relación con su esposa, las largas horas que pasaban juntos preparando la habitación de su futuro bebé, las emociones y expectativas que Manolo percibía en ella, todo ello hizo que Manolo pudiera vivir a un nivel muy experiencial (probablemente nunca lo había pensado con palabras) las emociones acerca de cómo quería que fuera el futuro de su hijo. Quiero insistir que este emocionarse ante el futuro de su hijo era una vivencia clara, plenamente consciente; se trataba de un conjunto de emociones que Manolo podía no sólo sentir sino además disfrutar: a Manolo le encantaba aprovechar sus habilidades en bricolaje para construir el mobiliario de la habitación de su hijo, o quizá sería más exacto decir que le encantaba que a su mujer le encantara. Un buen ejemplo de cómo la emoción de la ilusión por el hijo se transmitía del uno al otro con escasa participación del discurso verbal reflexivo. En contra de un malentendido que creo que es bastante común, una emoción puede ser perfectamente nítida, perfectamente “formulada” (en terminología de Donnel Stern), sin que vaya acompañada de un discurso reflexivo verbal. Así pues, dentro de las expectativas no verbales que Manolo y su esposa habían construido juntos no cabía ni por asomo la escena de su hijo cobrando deudas a los traficantes de drogas. Por esto, gracias a su relación con el hijo que estaba por venir, Manolo pudo sentir el miedo que nunca había sentido. Un buen ejemplo de cambio psíquico con poca participación reflexiva.

### Trabajo sordo

Como en la mayoría de las terapias, Hazel tiene que realizar un trabajo sordo, continuado, buscando por ensayo y error distintas estrategias para ayudar a Nell a sentir. A veces Hazel le expresa sus propias emociones, o dicho de otra forma, le expresa lo que ella misma habría sentido en la situación de Nell. Así le dice ‘que asustada te debiste sentir cuando te detuvieron’ o ‘que horrible debe de haber sido esto para ti’, o ‘que valiente fuiste’. Pero Hazel nos explica que los “comentarios de este tipo carecían casi por completo de sentido” para Nell. Mi hipótesis es que, tal como me sucedió a mí con Manolo, en aquella época Nell todavía veía a Hazel demasiado distinta, y por tanto creía que la manera que tenía Hazel de evaluar emocionalmente las situaciones no le sería útil. Entonces Hazel tenía que cambiar de estrategia y empezar, por ejemplo, a hacerle preguntas que “sirvieran para potenciar su curiosidad acerca de sus propias experiencias”. Aunque cada uno de estos distintos intentos no parecía ser efectivo para ayudar a Nell a sentir, veremos ahora como todas las emociones, que de una forma vaga circulaban entre las dos, en realidad no cayeron en saco roto.

### Soñar: un poderoso instrumento para integrar información

Pasó un tiempo, y de repente aparece un sueño en el que, quizá por primera vez en su vida, Nell *puede sentir* sus sentimientos de desamparo y sus sentimientos de rabia por lo mucho que su madre no había podido darle. Nos dice Hazel que Nell “pocas veces expresó tanta emoción como en la sesión de este sueño”. Nos hallamos pues en un momento de una enorme trascendencia.

Una de las hipótesis que actualmente se manejan es que la fisiología cerebral durante la fase REM es especialmente favorable para activar conexiones neuronales que están desconectadas mientras estamos despiertos (Siegel). Parece que los *movimientos oculares*

*rápidos* que dan nombre a la fase REM son algo parecidos a los movimientos oculares que se generan utilizando técnicas como el MDR o la hipnosis. La hipótesis es que estos movimientos facilitan las conexiones entre los dos hemisferios, por tanto facilitan la integración de la información implícita y explícita que, respectivamente, cada hemisferio procesa por separado. El resultado es la construcción de una película en la que se integran un conjunto de experiencias sensoriales (especialmente imágenes visuales), cenestésicas (sensación del propio cuerpo en acción), viscerales (un importante componente de las emociones que se sienten durante el sueño) y narrativas (el argumento del sueño, lo que luego podrá ser contado con palabras).

Podríamos decir que Nell, mientras dormía, fue integrando (estableciendo conexiones entre) una serie de vivencias confusas y deslavazadas. Entre ellas podríamos incluir una serie de vivencias poco claras que habían ido emergiendo en su interacción con Hazel: los recuerdos y sensaciones que Nell había ido evocando ante las preguntas de Hazel, las emociones (como el miedo) que sus neuronas espejo habían “copiado” de Hazel, las hipótesis narrativas que Hazel había ido proponiendo, y muy especialmente, la convicción emocional de que entre las dos podían sentir todo aquello sin morir o enloquecer en el intento. Con estos componentes, entre otros, Nell construyó una película extraordinaria dónde por primera vez pudo llegar a sentir lo “terriblemente desprotegida que me sentí siempre... lo mucho que se esperaba siempre de mí... que poco reconocimiento recibía de mi propia vulnerabilidad”. Emociones que hasta entonces habían permanecido difusas y poco claras se convertían en nítidas y potentes. Hazel nos dice que las dos se dan cuenta de que ha sucedido algo muy importante.

La viuda del poeta Ángel González, poco después de la muerte del poeta, encontró en su viejo ordenador un poema sobre el miedo, poema que presumiblemente escribió mientras esperaba la muerte:

*Hay que ser muy valiente para vivir con miedo.  
Contra lo que se cree comúnmente,  
no es siempre el miedo asunto de cobardes.  
Para vivir muerto de miedo,  
hace falta, en efecto, muchísimo valor*

Parafraseando a Ángel González podríamos decir que a Nell le hizo falta su relación con Hazel para sentirse valiente para poder llegar a sentir el miedo. Posteriormente, Nell, mientras dormía, integró este sentimiento de ser valiente con el resto de sensaciones que he detallado anteriormente y construyó la película en la que pudo sentir, por primera vez en su vida, el miedo y el desamparo.

Tiempo después, cuando Nell vuelve a Sudáfrica y “su madre empezó su escalada de rabias y culpabilizaciones, Nell dijo simplemente: ‘ahora tengo que irme a la cama’, besó con calma a su madre y abandonó la habitación”. Poder desplegar esta conducta con calma y seguridad es algo que va más allá de la simple voluntad, del simple propósito reflexivo. Su relación con Hazel le había permitido acceder a una nueva manera de reaccionar emocionalmente ante la presencia de su madre.

## La presencia emocional de Hazel y el trabajo que le comporta

Hazel ha estado emocionalmente presente al lado de Nell. Lejos de esconderse detrás de los preceptos técnicos clásicos de la neutralidad y el anonimato, Hazel se arriesga a mostrarse. Le muestra que ella pasó por situaciones parecidas en su emigración, le muestra su miedo cuando la escucha explicar cómo pasaba clandestinamente la frontera con personas escondidas en el maletero, le muestra su complicidad contra su tío y posible abusador, le muestra que viaja a Israel y se expone a una posible crítica antisemita etc. Y para todo ello Hazel tiene que hacer un trabajo personal: tiene que pasar por la vergüenza de haber huido del compromiso político en Sudáfrica; tiene que cambiar sus convicciones estereotipadas sobre los afrikaners; tiene que sentir el dolor de haber dejado en Sudáfrica una parte, amputada, de su self; tiene que arriesgarse a estar al lado de Nell cuando existe el riesgo que la conducta que alienta lleve a su madre al suicidio etc. Hazel también se arriesga a ser espontánea y en lugar de contestar con otra pregunta (típico de psicoanalista), contesta de modo espontáneo, por ejemplo, aquello de “No muy diferente que estar entre la población trumatzada de Sudáfrica”; luego, ante los lloros de Nell, Hazel no tiene ningún problema en disculparse: “siento si te he herido con la brusquedad de mi tono”. Hazel no rehuye las conversaciones espontáneas con preguntas y respuestas y entra en este tipo de diálogos en los que, a menudo, cuando empiezas una frase no sabes todavía, a nivel reflexivo, como la acabarás. Empezar a hablar sin saber como vas a terminar la frase es un buen ejemplo de un proceso implícito sin participación reflexiva. En la mayoría de diálogos verbales, si son espontáneos, hay una alta participación de la memoria implícita no reflexiva. Me atrevería a aventurar que son muchos los psicoanalistas que, especialmente cuando utilizan el diván, sólo intervienen cuando ya tienen lo que van a decir completamente construido, con lo cual todos sus recursos implícitos para la regulación mutua de las emociones quedarán fuera del alcance de sus pacientes.

Ahora debe hacer unos 10 años que conozco a Hazel. En este tiempo, la he escuchado en varias presentaciones y he leído varios de sus artículos. Siempre, las palabras de Hazel me han hecho sentir un fuerte impacto emocional. Hazel tiene el gran don de saber utilizar las palabras para iluminar las emociones. Y no se trata de algo banal. Tal como nos muestra el caso de Max, *no poder sentir nos lleva a la amputación*.

## NOTAS

---

<sup>1</sup> Trabajo leído (apoyado con una presentación de imágenes) como comentario al trabajo de Hazel Ipp (Nell: un puente para el self amputado...) en las I Jornadas PSICOANALISIS RELACIONAL HOY EN LA CLÍNICA DE LA SOCIEDAD GLOBAL, Organizadas por IARPP-España / Instituto de Psicoterapia Relacional, Las Navas del Marqués, Ávila, España, 13 de Febrero de 2009.