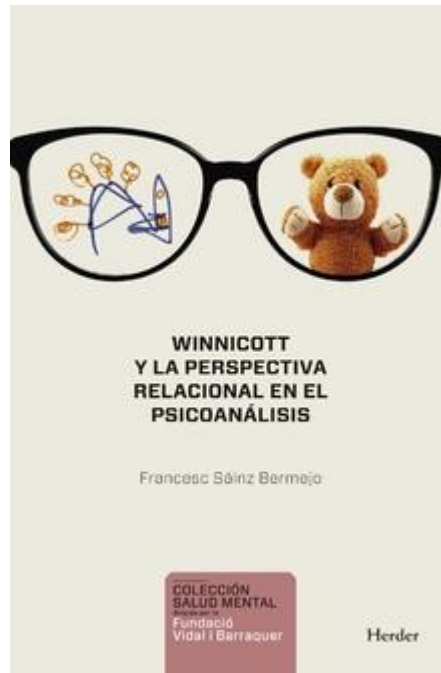


Winnicott y la perspectiva relacional en el psicoanálisis

Francesc Sáinz Bermejo



Barcelona: Herder, 2017

Colección Salud Mental. Fundació Vidal i Barraquer

Reseña/comentario realizado por Carlos Giménez Lorente¹

Ya se encuentra en las librerías el último libro de Francesc Sáinz: "Winnicott y la Perspectiva Relacional en el Psicoanálisis", publicado por la editorial Herder como parte de la colección de Salud Mental de la Fundació Vidal i Barraquer.

Sorprende encontrar autores como Sáinz con tanta claridad expositiva a la hora de abordar temas complejos como el psiquismo humano. En Psicoanálisis, no son pocos los textos y los autores, que se escudan en desarrollos teóricos enrevesados para preservar su prestigio profesional o el del gremio.

¹ Giménez Lorente, Carlos. (2017). Reseña/comentario de "Winnicott y la perspectiva relacional en el psicoanálisis" de Francesc Sáinz. *Clínica e Investigación Relacional*, 11 (31): 202-207. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2017.110114

La dilatada labor de Francesc Sáinz, de más de 20 años en el estudio y difusión de la obra de Winnicott, permite afirmar que este libro nos aporta la experiencia encarnada de su autor con el pensamiento de Winnicott y la emergencia de ambos en el panorama psicoanalítico actual.

Hay una nueva perspectiva emergente en psicoanálisis, el psicoanálisis relacional, que nos convoca a estudiar sus antecedentes teóricos. La obra de Winnicott contiene buena parte de los fundamentos sobre los que se ha edificado esta nueva perspectiva que, para algunos, representa un cambio de paradigma, al menos en lo que respecta al psicoanálisis clásico institucional.

Ya en el primer capítulo, Sáinz nos previene de la tentación de caer en diferentes reduccionismos: biólogo, psicólogo o sociólogo. Una explicación unívoca de la realidad nos conduce al dogma, y el dogma fácilmente se pone al servicio de las ideologías y de la política.

No podemos pretender resultados definitivos ni concluyentes, ni siquiera universales. A lo más que podemos aspirar es a algunas aproximaciones a verdades acotadas a un tiempo y un espacio. Reconocemos la necesidad del cerebro de encontrar explicaciones a todo, pero si no somos capaces de aceptar nuestras limitaciones ante la complejidad, fácilmente podemos caer en los citados reduccionismos auspiciados bajo la etiqueta de la 'evidencia científica'.

En el segundo capítulo, después de un breve recorrido por la trayectoria personal y profesional de Winnicott, Sáinz esboza el concepto sobre el que, a mi entender, pivota buena parte de su libro. Este elemento fundamental para el desarrollo y maduración del ser humano, es la tendencia adaptativa del niño hacia su entorno, pero especialmente, de los cuidadores hacia las necesidades de un pequeño muy vulnerable.

A partir de aquí, Sáinz despliega las cualidades necesarias de estos cuidadores, y por extensión, de los terapeutas, para el desarrollo saludable del niño o del paciente. En palabras de Sáinz, 'la salud no es fortaleza, sino poder sentir la debilidad sin debilitarse'

Los cuidados continuados de la figura materna son imprescindibles para el tránsito de la no integración a la integración. El camino de la salud que nos propone Winnicott conduce al sujeto a sentirse real cuando consigue una integración razonable.

El entorno facilitador, que tiene como mayor exponente a las figuras parentales, debe ayudar al niño a construir su falso *self*, otro de los conceptos fundamentales de Winnicott. El falso *self*, o el *self* protector, como prefiere denominarlo Sáinz, tiene como objetivo proteger y esconder al verdadero *self* de los avatares de la vida, de las fallas ambientales. Claro que, a su vez, éste necesita de la autenticidad del verdadero para afrontar ciertas realidades internas y externas amenazantes.

El mismo entorno facilitador también deberá apoyar al niño para que desarrolle su verdadero *self*, saliendo al encuentro de su espontaneidad y fomentando su omnipotencia. Siempre que sea posible, la emergencia espontánea, no forzada, del verdadero *self* en la relación terapéutica o fuera de ella, será deseable para la salud mental.

En cuanto a la cuestión de la agresividad, Winnicott defiende que la agresión y sus formas de expresión, forman parte de la pulsión de vida. Una vez más, el papel del entorno se vuelve imprescindible. Éste debe recoger, contener y dar contenido emocional a la agresividad.

La agresividad es un motor fundamental de la vida que suele surgir de la frustración inevitable y necesaria del vivir. Si los cuidadores no pueden tolerar el monto de agresividad de su hijo, sea por excesiva o por baja tolerancia de ellos, ésta se inhibirá insanamente o se convertirá en destructiva.

Sáinz también destaca el papel de Winnicott como precursor de la mentalización. De sus estudios sobre la mente y su relación con el psique-soma, se deriva la importancia de la integración de las sensaciones, emociones, sentimientos y vivencia somática para una adecuada mentalización.

Los cuidadores prestan al niño su propia mente para que éste no necesite hacer un uso prematuro e hipertrofiado de la suya. Así pues, en determinadas circunstancias las capacidades intelectuales pueden ser un obstáculo para el desarrollo emocional y vincular.

Continuando con la importancia del papel de los cuidadores en la vida del niño, Winnicott llega a afirmar que 'no hay tal cosa como un bebé', o sea que, no existe el bebé sin el cuidado maternal que lo acompaña. Sáinz recoge esta aseveración para afirmar que la identidad se construye siempre en la interrelación con un otro significativo, emblema de los psicoanalistas relacionales actuales.

Por todo lo dicho, pudiera parecer que los cuidadores necesitan de unas habilidades impresionantes para adaptarse a las necesidades de sus hijos. Pero no es así, el propio Winnicott ya introdujo con su concepto de 'madre suficientemente buena' que, una exigencia muy alta de perfección en la crianza de los hijos, no sólo no es posible sino que tampoco es deseable. Sáinz añade algo más, los cuidadores y el entorno no sólo deben ser suficientemente buenos, sino también insuficientemente buenos. En definitiva, Sáinz reivindica la posibilidad y la necesidad de los cuidadores, o de los terapeutas, de equivocarse mostrando sus limitaciones.

La transicionalidad es otro de los fenómenos ampliamente desarrollado por Winnicott y de cuyas implicaciones, Sáinz nos da cuenta en su obra.

Este fenómeno o experiencia se da entre la realidad interna y la externa del bebé. Es un área de ilusión, la ilusión del bebé de estar creando experiencias, objetos y sujetos, que la madre le entrega de forma progresiva saliendo a su encuentro. En consecuencia, esta área de ilusión es un espacio potencial para la creatividad y el juego.

Sáinz nos sugiere que el espacio transicional es en realidad un espacio intersubjetivo porque se encuentra a medio camino de la subjetividad de los dos participantes que actúan como coautores de sus vidas.

El buen trabajo terapéutico tendrá mucho más que ver con el juego espontáneo intersubjetivo entre paciente y terapeuta, que con la interpretación ofrecida fuera del campo

de juego. Muestra de este juego compartido 'sin reglas' es el juego del garabato (*squiggle game*)

Otra de las funciones de la madre, será la de espejo tridimensional, un lugar donde mirar en su interior. Cuando el bebé mira el rostro de la madre y sabe que es mirado, se ve a sí mismo. En definitiva, recibe lo que ha dado y se le devuelve para que se sienta reconocido. La madre no le impone su estado de ánimo, sino que se deja moldear por la mirada del niño. En definitiva, la identidad se construye en la interacción, a través de la mirada del otro, donde uno se siente visto y reconocido.

Sáinz nos recuerda por qué Winnicott se considera el psicoanalista de la creatividad. Él fue quien conceptualizó la creatividad, no como arte, sino como capacidad de sentirse vivo, lo más próximo al verdadero *self* y lo más lejano al acatamiento a un otro.

En el capítulo 3 y el capítulo 6, Sáinz desarrolla de forma más específica, tanto las aportaciones de Winnicott como las suyas propias a la práctica psicoterapéutica, y especialmente en el campo del psicoanálisis relacional e intersubjetivo.

Son aportaciones críticas que cuestionan algunos de los presupuestos de la práctica clínica psicoanalítica pasada y actual.

Toda interpretación ofrecida fuera del campo intersubjetivo de juego entre paciente y terapeuta, es una interpretación estéril o incluso iatrogénica. Es esencial crear un *setting* donde el terapeuta ejerza su función de sostenimiento y de espejo. Al igual que el niño frente a su madre, el paciente frente a un terapeuta real puede reconocerse en la mirada que sale a su encuentro.

No será la interpretación del inconsciente la que favorecerá esencialmente el cambio psíquico, sino la creación del conocimiento relacional implícito que nos propone Lyons-Ruth y que emerge de la prosodia, del juego, de la mirada o de la escucha de la diada parental o terapéutica.

Aunque la comunicación sincera y auténtica sea fundamental, Winnicott también contempla y respeta la posibilidad de que el paciente no comunique para salvaguardar su verdadero *self*. Mostrarse solo y en silencio en presencia del terapeuta también puede ser un indicador positivo del proceso terapéutico.

En cuanto a la transferencia, Sáinz cuestiona los posicionamientos kleinianos y postkleinianos y plantea una transferencia que se construye entre la diada y muy posiblemente como resultado de las fallas del analista, no de la distorsión del paciente proyectada en el terapeuta-receptáculo. Del mismo modo, la contratransferencia juega a dos bandas, el paciente también está en condiciones de conocer y sentir la idiosincrasia del terapeuta (contratransferencia inversa).

En el proceso terapéutico, otra de las metas y fenómenos importantes que se da en el espacio transicional (o intersubjetivo) es la mentalización. Y no tanto con el objetivo clásico de

ampliar el conocimiento sobre nosotros mismos con respuestas, sino fortalecer esta capacidad de realizar *insights* con preguntas.

Para que se pueda dar la mentalización de los procesos mentales, emocionales y relacionales, es necesaria la construcción de vínculos corporales y afectivos, así como el despliegue de ricas experiencias transicionales favorecidas por estos vínculos.

La vivencia de experiencias traumáticas puntuales o continuadas fomenta el pensamiento concreto, y en consecuencia, dificulta la mentalización. El funcionamiento escindido o no-integrado de sentimientos, emociones, sensaciones o pensamientos, impide el acceso a lo simbólico.

En la experiencia terapéutica es conveniente que el paciente reviva estas vivencias dramáticas con el terapeuta, pero también que esta experiencia sea suficientemente nueva, buena y diferente para que pueda desprenderse de la repetición.

Otro escollo de la mentalización y una innovadora aportación de Sáinz, son los ángulos ciegos de la personalidad. En esas áreas, se niegan ciertos contenidos mentales porque no pueden ser vivenciados, para el sujeto no existen y por lo tanto no los puede identificar como propios. Son contenidos innombrables porque posiblemente en su momento no hubo nadie que le ayudara empáticamente a ponerle nombre.

Estos ángulos ciegos también existen en el terapeuta, y por lo tanto, le limitarán su capacidad empática, otro de los instrumentos básicos para comprender al paciente poniéndose en su lugar y sintiendo con él.

Respecto a la regresión, Winnicott junto a Balint, nos conducen a una visión de este concepto. Más que considerarla un indicador de resistencia al crecimiento y una tendencia a la repetición, para ellos es una 'segunda oportunidad'. Si el sujeto confía en su terapeuta, podrá entregarse a él en buena dependencia para revivir las experiencias traumatizantes con plena conciencia.

Después de haber asentado las conceptualizaciones de Winnicott sobre el desarrollo del ser humano y las habilidades necesarias de los cuidadores, padres o terapeutas, para su salud mental, Sáinz aborda en el capítulo 4 las aportaciones del psicoanálisis relacional e intersubjetivo.

En este capítulo, Sáinz aclara una confusión que viene de lejos: en qué difiere la concepción psicoanalítica relacional de la concepción que tienen las escuelas psicoanalíticas tradicionales de las relaciones afectivas entre el niño y sus padres.

Por otro lado, Sáinz nos ofrece su mirada crítica sobre algunos aspectos del enfoque intersubjetivo como la conveniencia de la autorrevelación del terapeuta o la desestimación de la analizabilidad del paciente.

En el capítulo 5, Francesc Sáinz se apoya en algunos hallazgos de la neurociencia actual para sustentar parte de las hipótesis del psicoanálisis relacional, en concreto, la importancia del vínculo con las figuras de apego para la configuración cerebral del niño, el papel del estrés en

la mente y el cerebro del bebé o la implicación de las neuronas espejo en la corriente empática entre dos personas

Llegados al capítulo 7, Sáinz se adentra en la distinción entre déficit, trauma y conflicto. El trauma no sólo se da cuando algo construido se rompe sino también cuando no sucede aquello que debería acaecer, como apunta Winnicott. A mi entender, en este último caso, el déficit grave conduce al trauma, entendido en palabras de Stolorow y Atwood, como la experiencia de un afecto insoportable. El estado de conflicto, sin embargo, se atribuye a dificultades relacionales cuando las necesidades básicas ya han sido cubiertas.

En el capítulo 8, Sáinz nos ofrece algunos puntos de reflexión crítica respecto a diferentes aspectos del oficio del psicoterapeuta. Nos invita a aceptar algunas limitaciones de la profesión como la poca analizabilidad de algunas estructuras graves de personalidad o la dificultad de pensar en libertad si inevitablemente estamos sujetos a ideologías, a doctrinas o a las instituciones de nuestro tiempo

El autor dedica el capítulo 9 a vislumbrar la que podría ser una formación mucho más humana y holística de psicoterapeutas que puedan empatizar con el sufrimiento ajeno desde el reconocimiento de su propia subjetividad.

Más allá de los contenidos académicos propios de la disciplina, del tratamiento personal y de las supervisiones individuales o grupales, Sáinz nos invita a considerar también las 'voces de la calle' y otros contenidos culturales humanísticos que puedan enriquecer la vida, y en consecuencia, la profesión del terapeuta.

La presencia e influencia del pensamiento de Winnicott en nuestro medio cultural, va más allá del psicoanálisis y la psicoterapia. El pensamiento libre y creativo de este autor se abre paso en las artes, en la filosofía o en la meditación.

No quiero acabar esta reseña sin transmitir a los futuros lectores del libro, el entusiasmo que siento al escuchar en palabras de Francesc Sáinz y Donald Winnicott, que sólo es posible vivir la vida como propia si entretejemos unos verdaderos vínculos afectivos con nuestros seres queridos.

CARLOS GIMENEZ LORENTE

PSICOTERAPEUTA. MIEMBRO DE LA AWB. MIEMBRO ASOCIADO DEL IPR