

Libertad Relacional¹

Donnel B. Stern²

WAWI, New York, USA

La libertad en el campo interpersonal está definida por el grado de laxitud que el paciente y analista tienen para relacionarse el uno con el otro, sin el tipo de constricciones introducidas por los propósitos defensivos inconscientes. Las rigideces en el campo llevan a interacciones estereotipadas y destructivas, y constriñen la libertad para crear el futuro. Los cambios en el campo son cambios en las posibilidades para la relacionalidad – es decir, cambios en los tipos de relacionalidad que se facilitan e inhiben.

Palabras clave: Libertad relacional, Campo Interpersonal, Relacionalidad

Freedom in the interpersonal field is defined by the degree of latitude patient and analyst have to relate to one another without the kinds of constraints introduced by unconscious defensive purposes. Rigidities in the field lead to stereotyped, destructive interactions and constraints on the freedom to create the future. Changes in the field are changes in the possibilities for relatedness—i.e., changes in the kinds of relatedness that are facilitated and inhibited.

Key Words: Relational Freedom, Interpersonal Field, Relationality.

English Title: Relational Freedom

Cita bibliográfica / Reference citation:

Stern, D.B. (2020). Libertad Relacional. *Clínica e Investigación Relacional*, 14 (2): 281-294. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2020.140201

¹ Texto para el Seminario Clínico de Donnel B. Stern para Ágora Relacional, Madrid, realizado por videoconferencia desde Nueva York el 7 de Marzo 2020. Traducción castellana de María Hernández Gázquez, revisada por Alejandro Ávila.

² Donnel B. Stern, Ph.D. es Analista Didacta y Supervisor del William Alanson White Institute; y Profesor Clínico Adjunto y Consultor Clínico, en el Programa Postdoctoral en Psicoterapia y Psicoanálisis de la Universidad de Nueva York. Es el fundador y editor de "Psicoanálisis en una Nueva Clave", una serie de libros de Routledge, y anterior editor en jefe de *Psicoanálisis Contemporáneo*. Ha escrito cuatro libros, el más reciente es *La Infinitud de lo no dicho: Experiencia no formulada, lenguaje y lo no-verbal* (2018); y ha co-editado otros cuatro libros más, el más reciente es *Desarrollos Adicionales en el Psicoanálisis Interpersonal, 1980-2010: La Evolución en el Interés en la Subjetividad del Analista*. Está en el consejo editorial de varias revistas psicoanalíticas y tiene su práctica privada en la ciudad de New York.

Stephen Mitchel lo llamó la “matriz relacional”. Jessica Benjamin y Thomas Ogden, ambos, han descrito versiones de lo mismo bajo la rúbrica del tercero analítico. Sam Gerson, Tim Zeddies, y más recientemente Philip Bromberg, han hecho referencias a lo mismo como “el inconsciente relacional”. El fenómeno al que me estoy refiriendo, al que Harry Stack Sullivan denominó hace mucho tiempo como “el campo interpersonal”, es una configuración creada conjuntamente de relacionalidad, un medio social que es el resultado de la intervención del consciente y el inconsciente y la intersección de dos subjetividades. Los participantes en el campo pueden, o no, ser conscientes de la influencia del campo sobre ellos dependiendo, al menos en parte, de las consecuencias que resultarían de ese conocimiento. Podríamos decir que el campo es aquella configuración de influencias que continuamente dotan al proceso clínico de su particular naturaleza y forma cambiante.

La libertad en el campo interpersonal está definida por el grado de laxitud que el paciente y analista tienen para relacionarse el uno con el otro, sin el tipo de constricciones introducidas por los propósitos defensivos inconscientes. Las rigideces en el campo llevan a interacciones estereotipadas y destructivas, y constriñen la libertad para crear el futuro. Los cambios en el campo son cambios en las posibilidades para la relacionalidad – es decir, cambios en los tipos de relacionalidad que se facilitan e inhiben.

Rara vez conocemos el campo directamente. Mayormente, sólo llega a nuestra atención a través de lo que sentimos o las sensaciones de su influencia. Reflejar explícitamente en el campo normalmente requiere un esfuerzo consciente, un esfuerzo que pocas personas, a parte de los psicoterapeutas, tienen razones para realizar; y hay muchas circunstancias, o aspectos del campo, que ni siquiera permiten la posibilidad de tal reflexión. A nivel fenomenológico, pero generalmente sin atraer nuestra atención consciente, a los participantes les van resultando más obvios o naturales diferentes tipos de relacionalidad, a medida que la naturaleza del campo varía. El paciente y el analista entran y salen más fácilmente de ciertos patrones relacionales. Estos acontecimientos pasan desapercibidos, son poco remarcables – en una palabra, “naturales”. A medida que un tipo de relacionalidad se hace natural (digamos, la amistad), otros tipos de relacionalidad (p.e. irritabilidad) caen en el trasfondo y se siente como que en este entorno se crean con menos facilidad, naturalidad o comodidad, o incluso se evitan activamente, a veces con un propósito inconsciente (es decir, intenciones defensivas).

El grado de flexibilidad del campo está definido por el rango de la relacionalidad disponible para los participantes. Ahora, tener en cuenta la idea que he defendido durante casi treinta años, que el contenido del consciente – es decir, la experiencia que podemos tolerar en un momento concreto – está determinado por la naturaleza del campo

interpersonal de ese momento. Cuanto más flexible sea el campo en un momento particular – cuanto más permita que muchos tipos diferentes de relacionalidad se sientan como “naturales” – mayor será la diversidad de la experiencia que se pueda formular en la conciencia. Lo podemos decir de esta forma: la libertad para experimentar yace sobre lo que describiré hoy como *libertad relacional*. Y, por lo tanto, cualquier cosa que podamos hacer para posibilitar que la relación analítica se desarrolle libremente, sin restricción ni constricción, es la mejor forma que tenemos para animar la libertad para la experiencia. Para mí crear la libertad para la experiencia está en el corazón de la acción terapéutica. Por lo tanto, podemos decir que la creación de la libertad relacional es simultáneamente la creación de la acción terapéutica.

En la práctica por supuesto, los psicoanalistas también piensan en esta idea al revés: es decir, pensamos en la nueva comprensión como el medio a través del cual logramos los efectos relacionales. De hecho, ésta es la concepción más tradicional: al incrementar la comprensión (es decir, mayor libertad para la experiencia), disolviendo las rigideces de la transferencia-contratransferencia, se permite una mayor libertad relacional. Lo cierto es que todos los psicoanalistas abordan los problemas de los objetivos terapéuticos y de la acción terapéutica desde ambas direcciones. Sería imposible no hacerlo. A veces trabajamos hacia una mayor libertad de experiencia, esperando que los resultados liberasen la relacionalidad; y en otras ocasiones, trabajamos hacia una mayor libertad en relación con el otro, esperando que el resultado libere nuestra capacidad para la experiencia espontánea. En tanto que nuestros diversos compromisos teóricos distan en este punto, las diferencias no son absolutas, sino más bien, diferencias de énfasis. En la perspectiva relacional, el énfasis cae sobre los efectos mutativos de liberar la relacionalidad clínica, con frecuencia sin interpretación, mientras que las perspectivas más clásicas tradicionales, tienden a enfatizar la comprensión interpretativa de la transferencia. El énfasis en este artículo sobre la creación de la libertad relacional, en lugar de la búsqueda convencional de la comprensión interpretativa, no debe obscurecer el reconocimiento de que analistas de todas las perspectivas trabajan y piensan de ambas formas.

Mi principal interés hoy es cómo podemos incentivar la libertad relacional. El dilema al que nos enfrentamos es poder contestar a la pregunta sobre qué es lo que está ocurriendo en el campo interpersonal, en un momento particular, lo que implicaría que uno debería conocer precisamente aquello que uno no conoce y no puede conocer en ese momento. Nuestra comprensión reflexiva de la relacionalidad está siempre a un paso por detrás de la relacionalidad en sí. Esto es doblemente cierto para cualquier aspecto problemático de la relacionalidad, las partes que representan patrones de implicación inconsciente entre analista y paciente. Es decir, lo que uno necesitaría poder ser capaz de formular, si uno

podiera observar lo que es problemático y tiene un efecto constrictor sobre la relacionalidad terapéutica, siempre está no formulado, y por tanto invisible, hasta el momento en el que se resuelve -- hasta que haya sido posible el propio crecimiento en la pregunta. Y para entonces la razón por la que es visible la solución, es que ya ha tenido lugar.

En otro lugar he escrito (Stern, 2004, 2010) que los *enactments* no se resuelven mediante el "insight", sino vía una nueva percepción del otro y de uno mismo, nuevas percepciones que tienen lugar impredeciblemente. Lo mejor que uno puede hacer para influir sobre los aspectos problemáticos de la relacionalidad es ser sensible a las formas de "obstáculos" y "roces" que van desde sentirse vagamente incómodo, hasta lo activamente desagradable, lo que señala la presencia de los *enactments* disociados (Stern, 2004). Uno se detiene y atiende a tales experiencias, preguntándose qué se puede aprender de lo que subyace.

Los *enactments* conforman una subcategoría de una clase más amplia de rigideces del campo, que inhiben la libertad para la experiencia. Es decir, los *enactments* son ejemplos extremos de estas inhibiciones; pero en el trabajo diario de cualquier analista, hay muchas más constricciones en el campo más leves, y que también es necesario relajarlas. Puesto que los *enactments* disociativos son un tipo de constricción del campo, podemos utilizar lo que sabemos sobre ellos para pensar de forma más amplia sobre cómo propiciar la libertad relacional.

Nuestro objetivo de relajar las constricciones más leves en el campo es del mismo tipo que nuestro objetivo al trabajar con el *enactment* disociativo: queremos hacer lo que sea posible para ser conscientes de, y luego relajar, la interacción constreñida, y por tanto promover la acción terapéutica desbloqueando la relacionalidad para servir como punto de partida para la nueva experiencia. Sin embargo, debido a que estos acontecimientos -- esta relajación de la relacionalidad -- constituye una cualidad *emergente* de la relacionalidad misma, es imposible especificar por adelantado una técnica para lograrlo. Los acontecimientos surgen desde dentro de la relacionalidad analítica de una forma que simplemente no se pueden predecir. Por lo tanto, casi nunca podemos describir exactamente qué hay que hacer para expandir la libertad relacional. Dichos episodios se pueden fomentar a través de nuestra capacidad de estar abiertos a lo inesperado (una apertura que es siempre y necesariamente sólo parcial), pero sólo se puede hacer hasta donde es posible. No puede haber ninguna teoría prescriptiva sobre las técnicas. Hacemos lo mejor que podemos para "cortejar la sorpresa" (Stern, 1990) – una frase que me gusta para una parte importante de la tarea analítica. Atendemos a los obstáculos y roces afectivos, y nos permitimos sentir la relacionalidad clínica tan profundamente que sus sutiles

posibilidades para el crecimiento nos afectan en formas que no necesariamente formulamos tan siquiera en palabras. Con lo único que podemos contribuir es nuestra intervención afectiva y un meditado estudio de nuestra propia experiencia.

En ocasiones el proceso de expandir la libertad relacional tiene lugar como resultado de una interpretación; pero en mi experiencia es con más frecuencia -- en la ilustración que ahora ofreceré si, pero también en la mayoría de los casos de mi propio trabajo en la que la libertad relacional se expande -- que el cambio se describe mejor como un efecto relacional, como una forma de ir a tientas, tanto por uno o por ambos participantes en el tratamiento, hacia un significado afectivamente cargado, significado que puede, o no, finalmente ser expresado en palabras. Con frecuencia *parece* que la fuente de la acción terapéutica es la interpretación verbal, porque cuando los nuevos significados salen verbalmente, las palabras son a menudo sorprendentes, fascinantes, poderosas. Y por supuesto, hay veces que la interpretación verbal es mutativa, como ya he procurado subrayar. Pero creo que normalmente, cuando aparece una nueva comprensión verbal el acontecimiento clave ya ha tenido lugar, aun cuando la comprensión verbal en cuestión es espontánea. El acontecimiento clave que tantas veces precede a la comprensión verbal, es la aparición de una nueva libertad relacional. Es esta libertad relacional, un suavizar o relajar del campo interpersonal, lo que crea la posibilidad de una nueva experiencia, incluyendo una nueva comprensión verbal, que cada miembro de la relación puede tener en la presencia del otro (Stern, 2010). A medida que la libertad relacional se expande, el campo cambia, y nuevos y espontáneos significados aparecen espontáneamente, tal y como el agua surge para llenar un espacio vacío.

Las experiencias nuevas que el paciente y analista tienen en presencia el uno del otro cuando se expande la libertad relacional, no están limitados a experiencias que correspondan con, o representen, esta nueva apertura interpersonal. La experiencia espontánea que se abre desde una nueva libertad relacional, en otras palabras, no está limitada a los aspectos de la transferencia-contratransferencia que componían la constricción previa. La nueva experiencia que se torna explícitamente disponible puede ser una fantasía o recuerdo que no esté relacionada de forma obvia con la nueva libertad relacional; o puede ser algún tipo de *insight* sobre otros asuntos aparentemente irrelevantes, como la aparición repentina en la mente de uno de los miembros de la pareja de una comprensión de algún aspecto de su propio carácter, o del otro; la nueva experiencia puede ser incluso (como en el caso clínico al que ahora me referiré a continuación) una nueva observación o comprensión de alguna parte de la historia del paciente o de la vida actual fuera del tratamiento. La relajación de una constricción en el campo, podemos decir que "desbloquea" el potencial en ciertas otras experiencias que, mientras deben estar conectadas con la constricción en alguna medida, no necesariamente están conectadas en formas que son inmediatamente obvias. La nueva

experiencia que se hace posible cuando se relaja el campo, en otras palabras, no está limitada a la experiencia directa de la interacción transferencia-contratransferencia que era responsable de la constricción en primer lugar. Lo que sale a la luz puede, en cambio, ser bastante sorprendente. Su relación con la transferencia-contratransferencia puede ser conocida – pero es posible que no lo sea.

En general, a medida que se expanden las posibilidades de relacionalidad, somos más y más capaces de permitir a nuestras mentes su plena capacidad de invención creativa y expresión; toleramos e incluso disfrutamos pensando y sintiendo con relativa libertad, incluso cuando esa libertad nos genera cierto grado de incomodidad. A mayor grado de libertad relacional, la interacción estará menos guiada o interrumpida por formas de descarrilamientos, distorsiones, o distracciones que tienen lugar cuando el inconsciente defensivo lo necesita, para poder manejar la incomodidad afectiva, forzar la relacionalidad hacia ciertos temas, o para recorrer ciertos caminos. En su lugar, creamos una actitud relativamente acogedora hacia nuestra propia capacidad de sentir, pensar e innovar, permitiendo que nuestra experiencia consciente se dote de forma a sí misma, en la manera que mejor sirva a nuestras intenciones no-defensivas más profundas del momento. Lo que quiero decir con “intenciones no-defensivas más profundas”, una frase como poco ambigua, es que son intenciones integrativas o sintéticas, y a veces articulando o diferenciando. Yo denomino lo constructivo, lo que Freud significaba con Eros.

Sin embargo, no quiero sugerir que la libertad relacional es un objetivo concreto, como si fuera una posición posible de alcanzar. En su lugar, quiero presentar la relacionalidad clínica como una amalgama continua, o dialéctica, de libertad y constricción, para que nuestro trabajo esté organizado por el continuo reto de identificar la constricción y crear libertad. Cada cambio en el campo, incluyendo cada exitosa creación de una nueva libertad relacional, lleva a nuevas posibilidades tanto para la libertad *como para* la constricción. El reto de crear libertad relacional dura lo que dure el tratamiento.

Un último punto antes de seguir con mi ilustración clínica, un punto que no puedo sino enfatizar: la libertad relacional está creada y reflejada tanto en la experiencia del analista como del paciente. Desde una perspectiva relacional psicoanalítica es axiomático que el paciente y analista habitual y continuamente estén involucrados el uno con el otro, tanto consciente como inconscientemente.

Ilustración Clínica

Cuando inició el tratamiento, mi paciente William, era un talentoso y exitoso abogado de empresa de 50 años, quien se acababa de casar por primera vez hacía unos años, y que ahora tenía tres hijas pequeñas. Se sentía con suerte por haber conocido a su mujer, Jan. Se sentía cercano e íntimo con ella y estaba locamente enamorado de sus hijas. Siempre había deseado una familia propia, pero se había preocupado, a medida que se hacía más mayor, de que nunca lo conseguiría. Al principio de su carrera había trabajado para una gran firma legal en Manhattan y había trabajado los típicos horarios horribles de tales trabajos. En aquella época tenía bastante ansiedad sobre las relaciones románticas como para usar la excusa que su horario de trabajo le ofrecía, para evitar tener una vida social activa con mujeres y en su lugar pasaba la mayoría de sus escasas noches libres o bien solo en casa, o viendo deportes con amigos en los bares. Conoció a Jan que era 15 años más joven que él, cuando estaban colaborando en un caso con otra firma, y fue entonces cuando empezó a sentirse capaz e incluso animado a confrontar sus inhibiciones. Sintió por primera vez que no podía soportar limitarse al éxito profesional y que quizás realmente podría tener una familia. Después de mucha introspección de este tipo (y antes de entrar en tratamiento), consiguió encontrar un puesto corporativo en una firma boutique, pequeña pero pudiente. Mientras le ofrecía unos ingresos inferiores a los que había tenido como socio en su firma anterior, la nueva firma le permitía suficiente tiempo para desarrollar su vida con la mujer que finalmente llegaría a ser su esposa. La relativa libertad de su nuevo puesto también le permitía seguir un análisis de 4 sesiones a la semana, que Jan le animó a iniciar, y que él mismo llegó a sentir que necesitaba, debido a las ansiedades que tenía desde hacía años, incluyendo, pero no limitándose a su previa evitación de las relaciones románticas; y un fuerte grado de auto-critica que a veces le hacía caer en una agitada depresión. Ya tomaba antidepresivos, pero una vez que inició su análisis alimentaba la esperanza de que el tratamiento le ayudaría a finalmente estar sin la medicación.

William se crió en los suburbios de la ciudad de New York con sus padres y dos hermanas. Él era el mayor de los tres hermanos y siempre iba bien en el colegio. Desde muy pronto en su vida se daba por hecho, tanto por otros como por él mismo que le iría bien; y así lo hizo, todo el camino. Sacaba notas altas y era popular, querido y atlético.

Durante su segundo año de universidad tuvo, lo que él consideraba como una experiencia formativa en su vida, un terrible accidente de automóvil. Sufrió rotura de huesos, heridas internas, y quedó tan desfigurado que requirió amplia (y exitosa) cirugía estética. Perdió la consciencia, y durante algún tiempo tras el accidente no estuvo claro cuánto daño cerebral había sufrido y cómo quedaría tras la recuperación. Durante un periodo considerable ni siquiera estaba claro si iba a sobrevivir. El tratamiento duró meses, y durante este tiempo tuvo múltiples cirugías, con frecuencia con dolor agudo y entrando y saliendo

de situaciones críticas. Pasó mucho tiempo en la Unidad de Cuidados Intensivos. Delgado desde siempre, perdió aún más peso. Finalmente pasó tiempo en una unidad de rehabilitación y se recobró notablemente bien, tanto física como cognitivamente, aunque, a día de hoy, sigue teniendo secuelas médicas.

Pero aquí me preocupa primariamente el trauma psicológico. William desde luego reconocía que había sido traumatizado emocionalmente por estos terribles sucesos, pero también sabía que, a pesar de intentar permanecer abierto sobre el impacto que habían tenido sobre él, siempre lo había mantenido a cierta distancia. El trauma de su accidente y los terribles aspectos de su tratamiento eran importantes para él, y con frecuencia buscaba el impacto de esto en otros acontecimientos posteriores de su vida. Como he dicho, él pensaba en el accidente como el acontecimiento más importante de su vida. Pero sus exploraciones y asociaciones sobre el tema, al menos cuando lo hablaba conmigo, nunca fueron tan poderosas como uno podría pensar que serían; y se sentía algo melancólico sobre su incapacidad de sentir la profundidad de su trauma en su relacionalidad entre él y aquellos con los que se sentía cercano, incluyéndome a mí. A pesar de lo importante que era esta parte de su vida, no lograba sentirlo tan profundamente como hubiera querido, ni compartirlo con la plenitud que podía a veces imaginar, pero no crear. Tenía una sensación de pérdida en este sentido. No fue hasta después de la sesión que relataré, que ni él ni yo podíamos formular el hecho de que, a pesar de la presencia de personas cuidadoras en su entorno, siempre había echado en falta un testigo de estas experiencias; pero en retrospectiva, después de esa sesión, pudimos acordar que a nivel implícito siempre había echado en falta tener la sensación de que alguien estaba ahí, durante esos acontecimientos, que realmente comprendiera lo que sentía sobre lo que le había ocurrido. Aquí es donde estábamos en el momento del incidente que voy a describir.

Una de las fuentes de la auto-critica de William era su sensación de que, a pesar de distanciarse de sus compromisos profesionales al grado que lo había hecho, aun así estaba demasiado involucrado en su vida laboral, y que como resultado su familia sufría. Había ganado mucho dinero como socio en su firma anterior, por lo que realmente no necesitaba los ingresos que tenía ahora. Pero no se sentía preparado para dejar la vida laboral aún, y mientras continuara trabajando, su auto-estima le requería hacerlo responsablemente. Por lo tanto, era muy consciente de que había tomado elecciones que le alejaban de estar con su familia todo lo que hubiera podido, si esa hubiera sido su única prioridad. A veces sentía, culpablemente, que su familia debería ser su única consideración. Pero su preocupación iba más allá; se alteraba bastante, incluso se asustaba, de que su voluntad de pasar tiempo

trabajando, lejos de ellos, alienaría a su mujer e hijas; se preocupaba que dejaría ser importante para ellas. Sin embargo, tampoco estaba dispuesto a dejar su trabajo.

No les sorprenderá saber que, a pesar de su preocupación, William es el padre más dedicado que conozco. Su relación con su mujer e hijas, aunque ha tenido sus dificultades (y ahora en un minuto lo detallaré), es cálida e íntima.

Así, la preocupación de dejar de ser importante para su familia era superflua, al menos en cuanto a la realidad concierne. Jan no estaba resentida por su trabajo, aunque con frecuencia se impacientaba y a veces se enfadaba bastante por la incesante necesidad de William de reconfirmación de su amor por él. También era obvio que las hijas de William estaban orgullosas del éxito de su padre, seguras en su apego con él, y contentas de verle marchar al trabajo por la mañana. No, el problema era la auto-critica de William -- y la naturaleza de su relacionalidad con sus padres.

William se preocupaba de que reproduciría la relación narcisista de sus padres con él, en la cual gran parte de la interacción entre ellos y él estaba encaminada a demostrar el amor y la generosidad de sus padres. Eso ya hubiera sido bastante difícil para William; pero el propósito más significativo de esas expresiones de afecto y preocupación por parte de los padres de William era cosechar apreciación y gratitud, para que el padre y la madre de William pudieran sentirse afirmados en su papel de padres. Había regalos sin fin para las nietas, por ejemplo, por lo que se esperaba que estuvieran impresionadas y agradecidas, no sólo las nietas sino William y su mujer. No importa que los regalos nunca coincidían con lo que las niñas realmente querían. De hecho, los regalos y los deseos de las niñas estaban tan alejados, que las niñas parecían dar por sentado que los regalos sólo eran una razón por lo que debían dar las gracias. Por un lado, William resentía y luchaba contra el narcisismo en sus padres, mientras por otro lado inconscientemente se identificaba con esta forma de ser. Como resultado, en su relación con su mujer y sus hijas, William intentaba evitar una inversión narcisista en su propia vida que comprometiera su relación con ellas, y simultáneamente, sin darse cuenta, a veces ponía a su mujer e hijas en la misma posición emocional que sus padres hacían con él – es decir una posición en la que William necesitaba que su mujer e hijas le apreciaran por su generosidad y bondad, y se sentía frustrado y resentido si esa respuesta no llegaba. Cuando vio todo esto claramente, especialmente su resentimiento, se sintió culpable y avergonzado. William era auténticamente cálido y generoso, mientras también buscaba la afirmación de su familia de la manera que él desaprobaba, cuando entendía que él estaba actuando en base a estas motivaciones. Estaba ansioso cuando se preocupaba por su egoísmo, y estaba resentido cuando sentía que su familia no le otorgaba la afirmación que necesitaba.

Por supuesto la relacionalidad analítica estaba formada sobre éstos mismos temas. Cuando tenía que cambiar la hora de una sesión o llegaba tarde, a William le preocupaba que yo estaría resentido por su preocuparon egoísta en sí mismo y sus propias necesidades. Y había veces que apenas podía ocultar su irritación conmigo cuando yo me comportaba de una forma que él podía ver que tenía que ver con mis propias necesidades y no sólo las suyas. No hay ni que decir que a veces, comprendía que mi propio comportamiento era el del rol recíproco, en estos dos tipos de interacción. William y yo teníamos una buena colaboración sobre estos aspectos de lo que sucedía entre nosotros; notábamos y hablábamos con frecuencia sobre ello.

Un día William llegó a su sesión en un estado de extremo malestar. La noche anterior había pasado una noche especialmente mala con su mujer. Era una de esas veces en que él necesitaba su reafirmación y ella se puso, como hacía a veces en estos momentos, más y más irritada y distante. William estaba en contacto con lo que estaba haciendo de forma intermitente, presionándola en su sutil manera, que él reconocía podía ser manipulativo, jugando con su culpabilidad. Empatizaba con cómo se sentía su mujer; pero también necesitaba sentirse reafirmado y le enfadaba que ella no se lo diera. Él no podía parar de intentar solicitarlo, sintiéndose cada vez más y más miserable, desesperado y alternamente sintiéndose enfadado con ella o odiándose a sí mismo. Su infelicidad era palpable, y me sentía mal por él. Le tengo cariño a William, y sentía agudamente que, a pesar de ser capaz de comprender los sentimientos de su mujer, había una algo en William que hacía que no pudiera evitar cómo se comportaba y sentía.

Según me hablaba (él estaba en el diván), yo también estaba teniendo otra reacción, una que me resultaba bastante inusual. Estaba pensando que quizás me hubiera gustado que William sintiera que me podía haber llamado durante ese rato horrible que había sufrido la noche antes. Supuse que no se hubiera sentido cómodo haciéndolo, por varias razones. Hubiera estado preocupado por cargarme, y hubiera dudado sobre si estaba justificado interrumpir mi noche. Bajo muchas circunstancias, quizás hubiera estado de acuerdo con él.

Las personas con las que trabajo rara vez me llaman, y yo casi nunca les animo a hacerlo. Normalmente lo hago sólo cuando sé que están en una realidad terrible que puede colapsarse. Con frecuencia he animado a que me llamaran tras una cirugía o un diagnóstico crucial, o les he pedido que me permitieran comprobar cómo se encontraban tras tales acontecimientos; a algunas personas les he dicho que se sintieran con la libertad de llamar si empeoraba el estado de un amigo o familiar o éste fallecía antes de verles en la próxima sesión, como parecía probable; y desde luego le he dicho a alguna persona que me llamara si se sentía con impulsos suicidas; y así sucesivamente. Pero no recuerdo ninguna ocasión en

que haya animado a un paciente a que me llamara por sentirse infeliz, especialmente si esa infelicidad tenía que ver con un problema con raíces inconscientes y que era uno de los puntos focales del tratamiento. Esto es lo que quería decir más arriba cuando dije que, bajo muchas circunstancias, no animaría a un paciente a que me llamara. Quiero ser confiable y estar disponible, pero no necesariamente quiero fomentar la percepción de que contactar conmigo fuera de la sesión soluciona los problemas.

Y así, mientras William me hablaba, yo cavilaba sobre por qué estaba teniendo el pensamiento de que quizás me tenía que haber llamado. ¿Por qué este incidente particular solicitaba esta respuesta en mí? Pero no conseguía ninguna respuesta. Los minutos iban pasando. William me hablaba, y yo escuchaba. Sentía que mi oportunidad de hablar para aportar mi parte se estaba desvaneciendo. Podía sentir que pronto el momento pasaría, y ya no sería posible decirle que debería haberme llamado. Pero ¿qué estaba haciendo, al decir esto? No lo podía saber. Finalmente llegó el último momento, el momento tras el cual sabía que la oportunidad habría pasado.

Seguía teniendo ganas de hablar, así que lo hice, sin saber exactamente por qué, pero sintiendo que mi impulso no era, como poco, meramente narcisista. Sentí que estaba defendiendo a William. Sentí que decir algo en este momento era en el interés de William, aunque realmente no podía dar un fuerte argumento para apoyar esta conclusión. Simplemente dije, “Quizás deberías haberme llamado.”

De repente, William se quedó callado. Aunque es profundamente emocional, no llora fácilmente. En realidad, creo que, hasta ese momento, no había llorado conmigo en ninguna ocasión. Tras unos momentos de silencio, una lagrima rodó por su rostro. Me removió profundamente. Él no respondió verbalmente, pero no fue necesario. Yo estaba conforme con estar tranquilamente sentado. El silencio continuó un par de minutos. Entonces William empezó a hablar de nuevo, contándome sobre cómo la noche anterior finalmente había terminado en una especie de reconciliación con su mujer y que eso le había hecho sentir un poco mejor.

Entonces empezó a contarme sobre la mañana siguiente, es decir, la mañana del mismo día, unas horas antes de la sesión que estábamos manteniendo justamente entonces. Con frecuencia, William y su mujer llevan a sus hijas juntos al colegio. Esa mañana los cinco bajaron juntos de su edificio de pisos, y la mujer de William y sus hijas continuaron, saliendo por la puerta a la calle, mientras William se ocupó de un tema sobre un paquete con el portero. Cuando William terminó y salió por la puerta a la acera, vio a su mujer y sus hijas andando por la calle, de espaldas a él, quizás unos 50 metros más adelante. Sintió de

repente, una gran melancolía, viéndolas juntas así. Parecían tan naturales unas en compañía de las otras, y él estaba, sólo y aparte de ellas, observándolas, alejándose de él.

Sentí la sensación de anhelo de William al ser dejado atrás, y me encontré pensando sobre los meses tras el accidente de automóvil, hacía tantos años, y sobre sus cirugías y recuperación, primero en el hospital y luego en la unidad de rehabilitación. Por alguna razón, me imaginaba cómo habría sido para él, el final de cada día, cuando los amigos y familiares le dejaban sólo en su habitación. Me imaginaba que, al dejarle, él estaría sufriendo con dolor y asustado por su futuro. No tenía idea entonces, ni lo tengo ahora, por qué fue ésta mi asociación, pero el pensamiento fue espontáneo y muy claro. Yo no tenía ni idea si mi pensamiento tenía alguna relación con su experiencia hacía tantos años, pero sí sabía que se lo quería contar. Le dije, "No sé exactamente por qué, pero cuando pienso en ti mirando así por la calle, tras Jan y las niñas, pienso en ti en el hospital tras el accidente y lo que podías haber sentido cuando tus amigos y familia se iban, y te quedabas ahí, al final del día y ellos se iban a casa por la noche. Pensé que estar sólo así podía ser bastante terrible, especialmente cuando realmente no sabías si ibas a mejorar, y que quizás esa sensación es algo que ha estado faltando en nuestra conversación sobre esa época de tu vida. Quizás fue bastante terrible el que te dejaran atrás con ese dolor y miedo".

William respondió estallando en lágrimas. Sollozó intermitentemente durante el resto de la sesión. Dijimos muy poco sobre el contenido, excepto que estamos de acuerdo en dos cosas: que los sentimientos de William de haber sido dejado atrás y sólo eran en realidad cruciales, pero que nunca se habían formulado justo de esta forma; y que el episodio que había tenido lugar antes en la sesión, cuando sugerí que quizás William debería haberme llamado la noche anterior, de alguna forma había hecho posible lo que ocurrió después en la sesión. En este caso, lo que se relajó entre nosotros parece haber empezado conmigo y no con él. No estoy seguro de por qué fue así, aunque tengo algunas ideas sobre ello y lo describiré en un momento. Ni tampoco sé, de hecho, si en el caso que siguiéramos la secuencia hacia atrás en el tiempo, encontraríamos alguna forma en que pareciera que no fui yo sino William quien inició el proceso. Sospecho de hecho, que intentar establecer qué participante inicia tales secuencias, es un ejercicio inútil. Algunas veces probablemente parece que uno de los participantes inicia la secuencia, y a veces parece ser el otro; pero es difícil imaginar que la relación entre la prioridad en aparecer y su realidad no sea sino compleja y ambigua.

En cualquier caso, cuando le dije a William que quizás debería haberme llamado la noche anterior, algo se liberó o relajó en mí. Algo en mí se abrió hacia él. Sentí en ese momento una genuina sensación de querer estar ahí para William, sin complicaciones por

ningún tipo de reserva. Había sentido la profundidad de su necesidad, y en esa sencilla sugerencia de que quizás debía haberme llamado, respondí a esa necesidad con una profundidad que (sentía) igualaba la suya. He mencionado que, a pesar del hecho de que William tenía compañía con frecuencia durante la recuperación que siguió al accidente, realmente no había tenido una presencia testigo durante esa terrible época (ver Stern, 2009a, b, 2010, en prensa a). Algo cambió en ese sentido durante esta sesión y el cambio continuó a lo largo del tiempo en la vida de William, tanto conmigo como con otros. Tras esta sesión, se encontró capaz de hablar sobre su accidente y su recuperación en formas que no había podido expresar antes, con su mujer y amigos cercanos – y por supuesto esa diferencia en cómo podía hablar sobre ello reflejaba una diferencia en la forma que lo experimentaba. Al encontrar nuestra forma hacia la posibilidad de conocer esta parte de su experiencia juntos, William y yo aportamos una nueva intensidad y profundidad de sentimiento a la forma en que ocupaba esta parte de su vida.

Estos acontecimientos entre William y yo son un ejemplo de lo que quiero decir con una expansión de libertad relacional. Quizás ahora está claro por qué también he dicho que este tipo de expansión no se logra normalmente con la interpretación, y con frecuencia sin ningún tipo de comprensión verbal. La libertad relacional normalmente es algo que sentimos a tientas. Es a veces el resultado de una persona sirviendo de testigo para el otro. El resultado es que el camino se abre a experiencias espontáneas de otro tipo, así como se me abrió para mí en este caso, para imaginar algo enteramente nuevo y espontáneo sobre la experiencia de William tras su accidente. Notar que, como ya he afirmado, no se puede describir la nueva experiencia espontánea que llegó como consecuencia de la relajación del proceso clínico, como la simbolización del intercambio de la transferencia-contratransferencia más relevante a la aparición de la nueva libertad relacional. Lo que salió a la luz era otra cosa, algo que sin duda guarda una relación significativa con la relajación del proceso clínico que lo provocó, pero que no se puede reducir a su representación.

Creo que todos los sucesos que he descrito tenían que ocurrir por sí mismos. Tenían que ser espontáneos. William y yo no podíamos haber *hecho* que ocurrieran, aunque desde luego es justo decir que *queríamos* que ocurrieran. O por lo menos él y yo pudimos acordar en retrospectiva, que *hubiéramos* querido que ocurrieran, si, antes de su ocurrencia, hubiéramos podido imaginarlos lo bastante explícitamente para querer hacerlos posibles. Esto era especialmente cierto por mi parte de la relacionalidad, ya no que no puedo imaginar que le hubiera hablado como lo hice a William, sin la esperanza, aunque sea implícita, de que lo que dije sería de alguna forma útil para él. Sino ¿por qué alguien diría algo así? No formulé lo que estoy a punto de decir en tantas palabras; pero me parece, al mirar hacia atrás, que

quería transmitirle a William que me importaba cómo se sentía, y también que quería que él pudiera sentir lo que fuera en respuesta a este conocimiento.

Si alguien me hubiera parado en ese momento, y pedido que le explicara mi motivo para querer decirle a William que quizás debería haberme llamado, y me hubiera dado unos segundos para reflexionar, supongo que hubiera ofrecido algún tipo de explicación coherente. Pero desde luego no era capaz de pensar tan claramente antes de haber hablado. *No hubiera podido*, no en ese momento, no en la forma en que se desarrolló. Como he dicho, incluso antes de que tomemos en cuenta nuestra implicación inconsciente con nuestros pacientes, lo cual, por supuesto complica las cosas aun más, nuestros pensamientos quedan rezagados por detrás de nuestra conducta. Nuestra capacidad para la reflexión está siempre al menos un paso por detrás de nuestra participación; y eso significa que como psicoterapeutas muchas veces debemos tomar nuestras decisiones sin saber exactamente lo que estamos haciendo. En tales momentos de toma de decisión, y que son tan frecuentes que ya dejamos de reconocerlos, nuestra experiencia no está formulada y no puede serlo, al menos no con el tiempo suficiente como para servir de base para nuestro juicio sobre qué hacer a continuación. Dependemos de nuestro propio análisis y el resto de nuestra formación, y de nuestra experiencia clínica, todo lo cual está en nuestros huesos. Pero al final, aunque nuestra participación sea educada, simplemente estamos haciendo lo mejor posible para encontrar una respuesta que es adecuada a nuestros propósitos clínicos y humanos. Estamos encontrando nuestro camino a tientas. Estamos cortejando la sorpresa. Este particular momento con William me sorprendió. Y la relacionalidad entre nosotros se abrió entonces de una forma que no hubiera podido predecir.

REFERENCIAS

- Stern, D.B. (1990). Courting Surprise—Unbidden Perceptions in Clinical Practice. *Contemp. Psychoanal.*, 26:452-478.
- Stern, D.B. (2004). The Eye Sees Itself: Dissociation, Enactment, and the Achievement of Conflict. *Contemp. Psychoanal.*, 40(2):197-237. [Versión castellana en CeIR]
- Stern, D.B. (2010). *Partners in Thought: Working with Unformulated Experience, Dissociation, and Enactment*. New York and London: Routledge.
- Stern, D.B. (2015). *Relational Freedom: Emergent Properties of the Interpersonal Field*. New York: Routledge.

Original recibido con fecha: 15/01/2020 Revisado: 7/3/2020 Aceptado: 30/09/2020