

PSICOANÁLISIS Y PSICOTERAPIA¹

Carlos Sopena²

Toda definición acarrea discrepancias. Por ejemplo, hallar una definición válida del psicoanálisis que sea aceptada por todas las sociedades componentes, crea un problema a la Asociación Psicoanalítica Internacional. Más complejo aún resulta establecer la distinción entre prácticas emparentadas. Freud diferenció el psicoanálisis como investigación del psicoanálisis como terapéutica, pero señaló que había un vínculo inseparable entre ambos, dado que la investigación es terapéutica. No obstante, advirtió que una excesiva ambición terapéutica podía ser perturbadora del proceso analítico.

Desde el comienzo Freud utilizaba indistintamente los términos psicoterapia y psicoanálisis. En los años 50 el término psicoterapia psicoanalítica fue retomado por los psicoanalistas cuando estimaron necesario introducir algunas modificaciones en el encuadre y en la técnica de la cura tipo, para posibilitar el tratamiento de pacientes con determinadas dificultades psicopatológicas. La psicoterapia psicoanalítica surgió, pues, de los fracasos del análisis clásico y de los límites encontrados en la extensión de sus indicaciones. Aquí la psicoterapia tenía su campo propio, pues era el tratamiento indicado para casos difíciles o casos límite.

¿En qué el proceso analítico puede ser influenciado por las modificaciones del encuadre formal? Por ejemplo, la posición cara a cara y la frecuencia de las sesiones, o la actitud más o menos activa del analista ¿son factores suficientes para diferenciar el tipo de proceso en

¹ Trabajo presentado en la jornada que sobre *El Inconsciente y su interpretación en Psicoterapia Psicoanalítica*, organizó la AMPP, el 5-6-05.

² Carlos Sopena. Psicoanalista. Miembro Didáctica de la APM. C/ Dr. Fleming 4. 28036 Madrid

curso? Se podría alegar que tanto en la cura tipo como en el cara a cara el psicoanalista mantiene su función psicoanalítica. Y más aún, que toda aproximación psicoterapéutica emprendida por un psicoanalista puede ser considerada como un trabajo psicoanalítico.

Hay variaciones en los aspectos formales pero invariantes conceptuales, como la determinación inconsciente del sufrimiento psíquico, el papel fundamental de la transferencia y de la fantasía en la cura, todo lo cual lleva a pensar que la diferencia del análisis clásico con la psicoterapia es sólo una cuestión de grado. El proceso sería el mismo en su principio y en su naturaleza, aunque los medios para lograrlo puedan variar.

Si buscamos en la obra de Freud algo que pudiera orientarnos para discernir la diferencia entre el psicoanálisis y la psicoterapia psicoanalítica, encontramos un texto en el que es bastante explícito al respecto. En *Algunas consecuencias psíquicas de la diferencia anatómica entre los sexos*, de 1925 dice que hay un reclamo cada vez mayor de que los análisis de neuróticos penetren también en el primer período de la infancia, la época del florecimiento temprano de la vida sexual, que viene a ser lo que en otros textos define como lo prehistórico. Una vez agotados los recursos de la interpretación de los sucesos infantiles Freud plantea la necesidad de no detenernos en el trabajo de levantar la represión propiamente dicha y de dar un paso más para continuar con el trabajo analítico más allá. Este más allá parece aludir a lo reprimido primario, constituido por reminiscencias e impulsos que no tuvieron acceso al preconscious, y por las identificaciones primarias, directas e inmediatas.

Y añade lo siguiente: “Este reclamo no sólo reviste importancia teórica sino también práctica, pues diferencia nuestros empeños del trabajo de aquellos médicos que, siendo su orientación exclusivamente terapéutica, se sirven durante cierto trecho de métodos analíticos. Un análisis así de la primera infancia es lento, trabajoso, y plantea a médico y paciente exigencias con cuyo cumplimiento no siempre transige la práctica. Además, lleva a

regiones oscuras, para atravesar las cuales nos siguen faltando las señales indicadoras” (S. Freud. 1925).

Freud establece aquí la diferencia entre el psicoanálisis y la psicoterapia en ese paso más allá que reclama al psicoanálisis. ¿Cómo ha sido planteado esto mismo después de Freud? Ese paso a dar Lacan lo ha concebido como un más allá del sentido.

El Freud de la primera tópica trataba de detectar en los síntomas y en los sueños el deseo inconsciente, que constituía el sentido del síntoma o del sueño y que preexistía a los mismos. Al separar el significante y el sentido, Lacan aisló los significantes sin ningún sentido que hay en el síntoma. Aunque sentido y significante permanezcan estrechamente relacionados, a partir de ahí se plantea una diferencia entre la interpretación que apunta al sentido y la que apunta a la articulación significativa, que se despega del sentido y juega sobre el equívoco.

La articulación de la interpretación con el no sentido se vio reforzada al desplazar Lacan el acento que había puesto sobre el síntoma como mensaje hacia el síntoma como goce. Ha diferenciado el lugar del Otro, depositario del lenguaje, del lugar de las pulsiones, al que Freud llamó Ello. El Ello es del orden de lo real y está ligado a lo más extremo de la pulsión.

Si bien no se puede eludir el pasaje por el sentido, la interpretación significativa solamente constituye un prelude, pues hay un paso más a dar, que apunta al no-sentido significativo. Las intervenciones lo más breves y desprovistas de contenido que sea posible, son las más apropiadas para alcanzar el objetivo principal del análisis. No obstante, es cierto que trabajamos más frecuentemente en el prelude de la pieza analítica que en su conclusión (M. Ritter, 1990).

J. A. Miller, en *Psychanalyse pure, psychanalyse appliquée & psychotérapie* (2001), trata de precisar las ideas de Lacan con respecto a la diferencia entre psicoanálisis y psicoterapia. Encuentra que para Lacan la psicoterapia permanece en el nivel del sentido, pues no se plantea la cuestión del goce, que desborda al Otro del lenguaje y lo hace

inconsistente. Ha llegado a afirmar que la psicoterapia especula sobre el sentido, y es esto lo que hace su diferencia con el psicoanálisis.

Al jerarquizar lo real sobre lo simbólico, el fuera de sentido es lo que está en juego en la práctica analítica. La psicoterapia, en cambio, trata de descifrar el sentido de los síntomas para lograr la curación. El psicoanálisis va un paso más allá, porque el sentido no es una apertura sino que supone un cierre que evita el encuentro con lo real, con el vacío central del sujeto dejado por el objeto.

Esto es lo que parece desprenderse de las últimas enseñanzas de Lacan con respecto a las diferencias entre psicoanálisis y psicoterapia, tal como las interpreta y las transmite J. A. Miller, quien advierte que todo esto se presenta por flashes, por tentativas, pues Lacan no ha hecho una puesta a punto de estas ideas.

Podríamos decir que el planteamiento de las nociones últimas y de lo que está más allá del sentido, de lo representable, es lo que trata de elaborar el psicoanálisis en los últimos tiempos, adentrándose en las regiones oscuras a que se refería Freud. Con el devenir O, Bion trató de aproximarse a la realidad psíquica última, incognoscible, para lo cual el analista debe aprender a trabajar sin memoria ni deseo ni comprensión. Winnicott, por su parte, puso énfasis en lo informe, en lo inacabado, y su estrategia consistía en suspender la búsqueda de sentidos y la interacción comunicación-interpretación para dejar que se produjera un hueco que permitiera la emergencia del self verdadero, que no tiene unidad ni forma y es generador de angustia. A partir del espacio abierto por la ausencia de sentido podrán surgir palabras nuevas que brinden una posibilidad de transformación.

La manera de concebir las diferencias y los puntos comunes entre psicoanálisis y psicoterapia psicoanalítica depende, en gran medida, de las referencias teóricas desde las que se enfoca el tema, pluralidad de enfoques que no desemboca necesariamente en un consenso.

Al margen de esto, el número de sesiones y el uso o no del diván, son variables importantes a la hora de encarar los tratamientos. El cara a

cara lleva al terapeuta a dialogar más con el paciente, pues esta modalidad solicita la participación, la reciprocidad, dificultando en cierta medida el mantenimiento de la relación asimétrica y la actitud silenciosa, que es lo propio del psicoanálisis. El cara a cara también limita la regresión, no solamente del paciente sino también del analista. El paciente sentado tiene un mayor control por la presencia visual del analista, mientras que la posición del cuerpo tumbado le da una mayor libertad para decir lo primero que le viene a la mente.

La otra variante es la frecuencia de las sesiones. El escaso número de sesiones en el caso de la psicoterapia aumenta las dificultades técnicas y otros riesgos como el de los pasajes al acto. Puede significar también una presión para obtener resultados en menos tiempo, lo cual es una interferencia a evitar en lo posible. No hay duda de que el análisis dispone de mayores medios, de tiempo por ejemplo, lo que le permite ser más ambicioso que la psicoterapia. Pero esto puede también incrementar, en algunos casos, los riesgos de descompensación, de somatización, etc.

En el análisis, hay una delegación en el encuadre, como instancia tercera, de ciertos aspectos de la transferencia y de la contratransferencia. En la psicoterapia, en cambio, el analista debe hacerse cargo por sus actitudes y sus intervenciones de la regulación de la distancia y la neutralidad, que en la situación analítica está asegurada por el dispositivo.

Si se piensa que no hay diferencias esenciales entre el proceso de un análisis y el de una psicoterapia, la única variante sería del orden de una limitación de la última con respecto al primero, al no dar ese paso más allá del que hablaba antes. En cambio, si se toman en cuenta las particularidades del dispositivo de la psicoterapia, que pueden dar lugar a procesos diferentes, el psicoanálisis podría ser más apropiado para determinados casos y la psicoterapia para otros. La diferencia en los procedimientos no dependería entonces de una limitación que impediría ir más allá del sentido y de lo terapéutico en el caso de la psicoterapia, sino de la toma en consideración de las características del funcionamiento psíquico de los pacientes que demandan tratamiento.

René Roussillon (1998) afirma que el dispositivo de la psicoterapia, que se apoya sobre la percepción, que está infiltrada de huellas de una historia insuficientemente elaborada, lo que pierde por un lado en la profundización de la fantasmática, lo gana por el otro, al posibilitar la reactivación transferencial de experiencias traumáticas poco simbolizadas, que han conservado un estatuto perceptivo en el psiquismo. Además, el cara a cara facilita la diferenciación de los espacios psíquicos. Este autor plantea la necesidad de reevaluar el lugar de la percepción en el funcionamiento psíquico y lo que se activa en la cura. Tradicionalmente, se ha considerado que el recurso a la percepción tomaba el sentido de una defensa o una resistencia contra la emergencia de una actividad fantasmática inconsciente.

Se trata de tomar en cuenta las características del funcionamiento psíquico de los sujetos y sus diferentes modos de figuración de la realidad psíquica, o sea, de la motricidad, por intermedio de lo actuado (psicodrama), de la percepción, como contrainvestidura de una realidad interna intolerable y como medio de figuración de esa realidad, y del trabajo de representación, que es la forma más acabada. El predominio de una de estas vías de acceso a la representación debe ser el determinante de la naturaleza del encuadre que permita la emergencia y el desarrollo de un proceso psicoanalítico.

Sería maravilloso estar en un mundo en el que se pudiera identificar y separar con precisión. No obstante, creo que la propuesta de esclarecer lo propio de la psicoterapia y no sólo sus diferencias con el modelo del psicoanálisis es digna de ser tomada en consideración. Reflexionar sobre estos complejos problemas nos ayuda a replantearnos la pregunta sobre qué es lo que hacemos y por qué lo hacemos cuando estamos con los pacientes.

Resumen

Para Freud, en un texto de 1925, el psicoanálisis y la psicoterapia analítica se diferencian en que el trabajo del análisis debe tratar de ir

más allá del levantamiento de la represión propiamente dicha y penetrar en la prehistoria infantil. Para otros autores, la psicoterapia se detiene en el desciframiento del sentido de los síntomas para alcanzar la curación. Lacan ha llegado a afirmar que la psicoterapia especula con el sentido, y esto sería lo que hace su diferencia con el análisis.

En ambos casos, la única variante sería del orden de una limitación de la psicoterapia con respecto al psicoanálisis. Pero si se toman en cuenta las particularidades del dispositivo de la psicoterapia, que pueden dar lugar a procesos diferentes, el psicoanálisis podría ser más apropiado para ciertos casos y la psicoterapia serlo para otros. Tal vez la diferencia podría ser mejor precisada estudiando el campo de aplicación de ambos tratamientos, según la configuración del funcionamiento psíquico de los sujetos.

Summary

In 1925 Freud said that psychoanalysis stands out from analytic psychotherapy that the work in psychoanalysis should try to go beyond the lifting of the repression strictly speaking and penetrate in the infantile pre-history. According to other authors psychotherapy stays in the deciphering of the meaning of the symptoms in order to reach the cure. Lacan has stated that psychotherapy speculates with the meaning and this would be what makes the difference with psychoanalysis.

In both cases, the only difference would be the one of the order of a limitation of psychotherapy with respect to psychoanalysis. But if we take into account the peculiarity of the appliance of psychotherapy, which can give rise to different processes, psychoanalysis could be more appropriate for certain cases and psychotherapy could be for others. Perhaps the difference could be better specified studying the field of application of both treatments, according to the configuration of the psychic functioning of individuals.

BIBLIOGRAFÍA

- Brusset, B. (1991). *L'or et le cuivre*. Revue Française de Psychanalyse. T.LV, 3, 559-579.
- Donnet, J. L. (1991). *Règle fondamentale, psychanalyse et psychothérapie*. Revue Française de Psychanalyse, T.LV, 2, 297-301.
- Freud, S. (1925). *Algunas consecuencias psíquicas de la diferencia anatómica entre los sexos*. Obras completas. Tomo XIX. Editorial Amorrortu.
- Jeammet, P. (1998). *Le perçu, l'agi et la représentation dans le processus psychanalytique*. Revue Française de Psychanalyse. Psychothérapies Psychanalytiques, 29-48.
- Miller, J. A. (2001). *Psychanalyse pure, psychanalyse appliquée & psychothérapie*. La cause freudienne, 48, 7-35.
- Ritter, M. (1990). *L'interprétation psychanalytique: un débat entre sens et significatif*. Apertura, 4, 27-35.
- Roussillon, R. (1998). *Quelques remarques épistémologiques à propos du travail psychanalytique en face-à-face*. Revue Française de Psychanalyse. Psychothérapies psychanalytiques, 67-76.