

“¡Mentaliza ESTO!”: Disociación, Actuación y el Proceso Clínico

Resena del Artículo:

Bromberg, P. M. (2008). “Mentalize THIS!”: Dissociation, Enactment, and Clinical Process. In E. Jurist, A. Slade, & S. Bergner, Eds. *Mind to Mind: Infant Research, Neuroscience, and Psychoanalysis*. New York: Other Press, pp. 414-434.

Por: Ps. Francisco Somarriva

Desde una mirada basada en el psicoanálisis, en este capítulo el autor propone que, asumiendo que los seres humanos siempre están en-relación-a-otro, la intersubjetividad sería un elemento clave en desarrollo psíquico y terapéutico, y la esencia misma de la sensación de self. Para poder describir sus tesis, Bromberg estudia el mecanismo de la disociación, definiéndolo y analizando las consecuencias de su uso en la integridad del self.

El autor define que hay diversos estados del self, los cuales tienen que ver con una emoción y experiencia de la realidad particulares. Bromberg los describe como partes de un todo funcional, que mantienen comunicación entre sí respecto a los valores, afectos, percepciones de la realidad y sobre otros estados del self. Además, los estados del self siempre mantienen algún vínculo con la sensación de “mi”, lo que quiere decir que siempre están en relación a otra persona, objeto o estado del self. Teniendo esto en mente, el autor menciona que la autenticidad de un sujeto está ligada a mantener una distancia precisa entre los estados del self, lo que implica que en algunas situaciones es necesario mantener distancia entre ellos, y en otros conservar una sensación de unidad. Si esta capacidad funciona adecuadamente, los estados del self y sus realidades particulares son percibidos como partes de un todo funcional, lo cual es permite sostener la ilusión de una identidad cohesionada.

Se podría pensar que el autor sugiere que hay estados del self, que también podrían ser entendidos

como partes de la personalidad, en ciertas circunstancias podrían entrar en conflicto o aliarse dependiendo de los deseos y emociones encarnados por cada una. No obstante, la propuesta de Bromberg no especifica la cualidad inconsciente de los estados del self, distinción que se haría necesaria para poder distinguir cuáles son los estados del self estructurantes de cada sujeto en los cuales radican las identificaciones primarias y experiencias tempranas. En este sentido, esto estaría dado debido a que el autor enfatiza las dinámicas de las relaciones entre los estados del self (cercanía-lejanía) para definir su entendimiento acerca del concepto de identidad.

Respecto a la distancia que un estado del self puede mantener respecto a la consciencia, Bromberg sitúa al mecanismo de disociación como un proceso no solamente defensivo, sino también facilitador del desarrollo. Específicamente, el autor menciona que la disociación es una función sana y adaptativa de la mente, que permite un funcionamiento óptimo (y no solamente defensivo) de un estado del self cuando se persigue o desea sumergirse completamente en una única realidad, único afecto, y se suspende la propia capacidad reflexiva (pp.415). En su vertiente defensiva, Bromberg sugiere que la disociación aparece como una respuesta ante un trauma que amenaza la integridad psíquica y la sanidad inclusive. En este sentido, habría estados del self que



podrían ser sentido como ajenos¹ debido a que son excesivamente discrepantes con otros estados del self.

Si bien la definición de disociación propuesta por Bromberg puede ser esclarecer para entender el volcamiento en trabajos creativos, a primera vista resulta difícil diferenciarlo de la función de atención descrita por Freud (Freud, 1911). ¿Es acaso la disociación la que permite que la atención pueda focalizarse en un estado del self individual predominante en un momento dado? ¿O bien, la atención es el función que permite al sujeto sumergirse en un estado del self mediante la hipercatectización de un estado del self por sobre otro? Una descripción más acabada del mecanismo de la disociación en términos económicos podría resultar de utilidad para para entender de mejor forma las dinámicas propuestas por el autor.

Así mismo, Bromberg sostiene que la disociación como defensa es específica para el trauma, en tanto previene que un afectivo *inherentemente caótico* acceda a la consciencia. Así, este mecanismo alivia el caos afectivo eliminando la experiencia inmediatamente contigua al trauma, asegurando de este modo que no se llegue a vivir la pérdida de cohesión psíquica a través de una pérdida del contacto con el aquí y ahora. Como resultado, se instalaría dentro del self un área no simbolizada, la cual se mantendría aislada de nuevos inputs, tanto de la realidad externa como de otros estados del self, a través de un proceso autohipnótico. En otras palabras, una realidad más tolerable aunque autoerótica es percibida allí donde se debería percibir un estado traumático. Este aislamiento de nuevos inputs de la realidad provocaría que el sujeto pierda la capacidad de poder tener a otros en mente. Específicamente, Bromberg menciona que “*el individuo es*

sumamente incapaz de verse a sí mismo reflexivamente a través de los ojos de ‘otro’” (pp.417). Este fenómeno sería el punto de unión entre el mecanismo de disociación y el proceso de mentalización descrito por Fonagy, Gergely, Jurist & Target (2002), donde el uso del primero situaciones traumáticas marcaría el malfuncionamiento del segundo.

Como propuesta terapéutica ante la separación entre estados del self que puede ocurrir debido al trauma, Bromberg propone el rol del terapeuta es ayudar a los pacientes a transformar la experiencia en un continuo mediante la creación de la capacidad de “estar-en-los-espacios” entre estados del self discrepantes – y no disociarlos protectoramente – con la finalidad de que el sujeto sienta que sus conflictos internos son soportables (pp.417). Así mismo, el tratamiento se orientaría en que el sujeto pueda ser observador de sí mismo y sus acciones, lo que permitiría posicionar al sujeto como actor de sus propios actos y reconocer algunas de ellas como problemáticas. De esta forma, el sujeto sería capaz de contener y procesar las comunicaciones internas entre estados del self opuestos sin llegar a usar la disociación.

En general, la tesis terapéutica de Bromberg se resume en la siguiente frase: “*sin importar el estilo de personalidad del pacientes o diagnóstico, cada proceso terapéutico, a través del fenómeno diádico disociativo que llamamos actuación, toma lo no simbolizado así como lo simbolizado tanto en la mente del analista como en la del paciente como parte del fortalecimiento en la capacidad del paciente para procesar conflictos intrapsíquicos*” (pp.417-418).

Respecto al concepto de “estar-en-los-espacios”, el autor sostiene que la síntesis personal propuesta

¹ La sensación de ajenidad de los estados del self relacionados a traumas estaría fundamentada en la teoría

Kleiniana, la cual sostiene que un aspecto de la personalidad puede ser escindido y sentido como ajeno a la totalidad del self pese a ser parte de éste (Klein, 1946).



por Janet (1907) da cuenta de una comunicación fluida entre estados del self. En este sentido, “estar-entre-los-espacios” tiene que ver con la habilidad de “*dar espacio a una realidad subjetiva no contenable fácilmente por el self, de forma que sea vivida como “mi” en ese momento*” (pp.418). En otras palabras, es la posibilidad de que una realidad pueda ser vivida conscientemente sin provocar disrupciones en la cohesión de la identidad, pese a que dicha experiencia puede ser sorpresiva para el self. Más aún, la intersubjetividad estaría presente en gente capaz de estar-en-los-espacios entre su experiencia subjetiva de otra persona acerca de ellos y su propia experiencia de self, lo cual estaría mediado por la capacidad de mentalización.

Junto a esto, la capacidad para estar-en-los-espacios permitiría que el sujeto pueda reflexionar sobre las discontinuidades que puede surgir entre su propia experiencia de self y como él existe en la mente de otros, sin tener que *secuestrar* estas discontinuidades en estados del self desconectados debido al uso de disociación. Es interesante el uso de la palabra secuestrar, pues marcaría la diferencia entre el uso sano y defensivo de la disociación. Estar-en-los-espacios estaría facilitado por el uso de la disociación que estaría fundamentado en poder mentalizar una experiencia intersubjetiva, que sería necesaria para el desarrollo psíquico. Adicionalmente, el autor agrega que la capacidad de mentalizar hace que sea menos probable que la disociación se utilice al momento de confrontar las experiencias propias con otros.

Como parte final de su propuesta técnica, Bromberg propone que durante el tratamiento pueden ocurrir una serie de *colisiones* entre las subjetividades del paciente y analista, que son una parte intrínseca de la labor terapéutica. De esta forma, los tratamientos pasan por fases entre que se negocian las realidades percibidas por ambas subjetividades, o bien etapas en que se denotan “zonas seguras” en los que el paciente (y quizás el analista) se sienten en equilibrio afectivo. Bromberg propone que son las *colisiones*, que son vividas de forma sorpresiva,

son las que permite que la mentalización cobre relevancia – en dichas discontinuidades es donde “otro” aparece. Dicho proceso se llevaría a cabo manteniendo una distancia adecuada entre las zonas de seguridad afectiva y la sobrecarga afectiva, las últimas relacionadas a experiencias traumáticas.

Para ilustrar su teoría, Bromberg utiliza la película “Analízame”, cuyo título inspira su artículo. En este film, Robert De Niro encarna un jefe de una organización mafiosa que inicia un tratamiento con Billy Crystal, quien interpreta a un psicoterapeuta. El autor menciona que tanto para el gánster y el terapeuta el otro viene de una realidad ajena, por lo que no habría noción de lo que pasa en la cabeza de otro. Más aún, Bromberg sostiene que cada uno tendría necesidad de una relación con el otro, dada por la búsqueda de ayuda por parte del gánster como por el temor asociado a rechazar el tratamiento por parte del terapeuta. Cada uno de los protagonistas comienza disociado de sus propios estados del self, donde los otros son objetos a ser controlados y nuevas experiencias afectivas con otro pueden ser potencialmente dañinas. El autor sugiere que a la base de este desconocimiento mutuo estaría la inexistencia de la relación intersubjetiva, la cual tendría que ser ganada.

Pese a ello, Bromberg propone que el gánster de la película se mantiene en un capullo defensivo que encarna un estado particular del self. “*Está parcialmente vivo*” (pp.420). Así, este tipo de pacientes mantiene un contacto parcial con otros estados del self y otras personas. Yendo más allá, el autor propone que este tipo de pacientes son visitantes, mas no habitantes, de su existencia psicósomática. En la película, los protagonistas fueron capaces de mantenerse dentro de la relación mediante el uso de humor, lo que permitió el desarrollo de una relación auténtica, abierta y honesta. Parafraseando, el humor habría el factor que habría impactado en los estados del self del paciente y terapéutica, permitiendo reconocer la presencia no amenazante de otro.



Según Bromberg, este movimiento habría impactado emocionalmente al personaje de De Niro, quien ahora *realmente* vería a su terapeuta. Esto habría facilitado la negociación de las subjetividades de los protagonistas y la emergencia de estados del self como fenómenos cuerpo-mente y presentes en el aquí y ahora. Respecto a los estados del self discrepantes, dicho elementos podrían ser vividos ahora en condiciones seguras, permitiendo revivir eventos pasados bajo niveles de ansiedad tolerables. Llama la atención que en este punto Bromberg no se refiera directamente a Freud (1914), quien sostiene que la tarea fundamental en Psicoanálisis es recordar, repetir y reelaborar experiencias vividas durante la vida, en especial la infancia.

Adicionalmente, para el autor el establecimiento de una relación que reconozca al otro permitiría “estar-en-los-espacios” y moverse de forma segura entre estados del self. Pese a que no hay un conflicto que pueda ser simbolizado inmediatamente, “estar-en-los-espacios” posibilitaría que estados del self opuestos entre sí puedan existir simultáneamente y formar un espacio mental unido. Más aún, las colisiones consecuentes del tratamiento psicológico provocarían que el paciente se mueva fuera de sus zonas seguras, sienta sus estados del self discrepantes como parte de sí y puedan ser simbolizados progresivamente. En palabras de Bromberg, no hay forma de evitar que durante estas colisiones surjan estados disociados que requieran de una voz (pp.423).

Respecto a la capacidad de mentalización, el autor sostiene que es más importante el reconocimiento por parte de otro que su aprobación. Durante la infancia, el predominio de esta última actitud puede llevar a que la pareja parental niegue ciertos estados del self en el sujeto. Esto provocaría la desconfirmación – no reconocimiento – de aquella parte negada, provocando que no pueda ser negociada intersubjetivamente y el consecuente trauma relacional. Las partes negadas se vuelven así en estados del self disociados, no simbolizados. Se organizan como islas de realidad afectiva que no pueden ser

elaboradas debido a que están secuestradas. Además, el autor agrega que dichos estados disociados no pueden ser pensados ya que carecen de un contexto relacional.

Si bien los orígenes de las experiencias traumáticas pueden encontrarse tanto en las diversas etapas del desarrollo como en circunstancias particulares – guerras, desastres naturales, etc. –, Bromberg propone que, en el acontecimiento de un trauma, la preservación de la continuidad del self tiene la más alta prioridad evolutiva para el sujeto. Para poder mantener esta sensación de continuidad, cada persona actuará según los primeros patrones de apego en los cuales el núcleo self está fundado. Así, la primera modelo intersubjetivo – “el hijo de sus padres” – será el piso sobre el cual se construyen, modifican y redefinen las siguientes experiencias con otro.

Como punto final de su trabajo, el autor ofrece una viñeta clínica de una mujer a la cual Bromberg llama Roseanne. El autor explica que el pasado traumático de esta paciente está marcado por un padre quien disfrutaba sádicamente de su hija, creando confusión en ella. Esto habría marcado un estilo de apego desorganizado, el cual habría generado un estado disociativo en Roseanne. Este tipo de relación habría marcado vínculo terapéutico, en el cual se actuaba el trauma infantil tanto en ella como en Bromberg. Al igual que en otros fragmentos de este trabajo, Bromberg adelanta las razones por las cuales le narrará a la paciente una historia que él recordó en un momento de la sesión. El motivo para realizar esto quizás radica en que el autor reconoce que esta intervención quizás no fue la adecuada, pero que tuvo un efecto movilizador en la relación terapéutica. De esta forma, Roseanne pudo reconocer la rabia transferencial que tenía hacia Bromberg, lo que permitió poder simbolizar sus experiencias traumáticas infantiles relacionadas a su padre.



Simultáneamente a esta intervención, el autor indica que pudo ser capaz de identificar sus sentimientos, los cuales no fueron claramente identificados como contratransferenciales. Dichas emociones fueron también develadas a la paciente y traídas al vínculo terapéutico, lo que puede tener relación con el estilo terapéutico que algunos analistas mantienen desde la orientación intersubjetiva. Ejemplo de esto es un pasaje en el que Roseanne clarificó los sentimientos que su analista le estaba comunicando e interpretó qué era lo que su analista estaba repitiendo en la situación analítica (pp.431-432). En este sentido, no queda claro si Bromberg estaba actuando la contratransferencia y su intervención le permitió salir de esa posición, o bien Roseanne lo impactaba inconscientemente al punto que sus deseos no analizados de tener una buena paciente en sesión emergieron sin mediación. Lamentablemente, el autor no llega a una conclusión acerca de este asunto.

Para terminar, Bromberg finaliza abruptamente su propuesta citando a Fonagy y Target (1996) respecto al rol del otro en el desarrollo de la capacidad de mentalización. Los mencionados autores proponen que en ciertas situaciones los pensamientos pueden ser sentidos como reales, lo que conlleva a que los conflictos puedan re-emergir de forma terrorífica. Además, Fonagy y Target agregan que la presencia de un adulto permite que el juego tenga un encuadre en el que el niño pueda pensar y sentir sin temor a confundir realidad con fantasía. Se podría pensar que Bromberg propone de forma implícita que lo que sucede con ciertos pacientes es una regresión a un estado en el que se confunde la realidad con la fantasía y se vivencia la ausencia de otro que pueda sostener un encuadre lo suficientemente seguro para poder facilitar la emergencia del pensamiento. No obstante, al igual que la discusión técnica en torno a la contratransferencia, el autor no profundiza en lo anterior.

Referencias:

- Freud, S. (1911). Formulations on the Two Principles of Mental Functioning. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XII (1911-1913): The Case of Schreber, Papers on Technique and Other Works*, 213-226
- Freud, S. (1914). Remembering, Repeating and Working-Through (Further Recommendations on the Technique of Psycho-Analysis II). *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XII (1911-1913): The Case of Schreber, Papers on Technique and Other Works*, 145-156
- Klein, M. (1946). Notes on Some Schizoid Mechanisms. *Int. J. Psycho-Anal.*, 27:99-110.

